بنت النيل
يوليو ١٩٥٤
١٠ قروش

الصحافة الجامعية

لقد أسعدنى الاحتفال الذى أقيم فى جامعة القاهرة بمناسبة تسليم الكأس والجوائز للفائزين والفائزات من الشباب الغر الميامين الذين أنتجوا تلك الصحف الجامعية الممتعة على حداثة السن ووسط العمل العلمى العنيف .

وان الفكرة فى تخصيص كأس وجوائز تهدى للفريق المبرز فى الفنون الصحفية المختلفة هى تنشيط الهمم لاعداد جيل من الشبان الصحفيين الذين يعرفون ان الصحافة مهنة الاحرار وانها وظيفة اجتماعية رفيعة تتطلب من صاحبها الترفع عن الكذب والنفاق وتصعد به عن صغار العيش ويحترق فيها الدم الحار لينير طريق الجماعة ، وانها مهنة الجلد والصبر وصناعة الاشراف الذين يأبون الضيم ويذودون عن العدالة بالمهج والارواح .

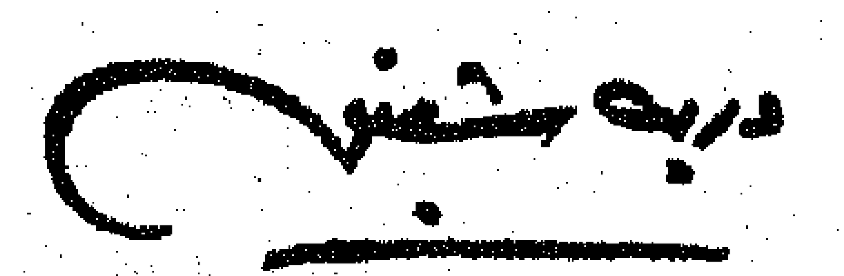
وان ما رأيته من استعداد هؤلاء الطلبة والطالبات فى ميادين الصحافة والتحرير ليبشر بخير عظيم وينبىء عن نور مرجى من الجامعيين لحقل الصحافة التى يعوزها نور أهل العلم والخلق المتين ، ومما سرنى كذلك ان الجامعة ترد الى الصحافة بعض جميلها .

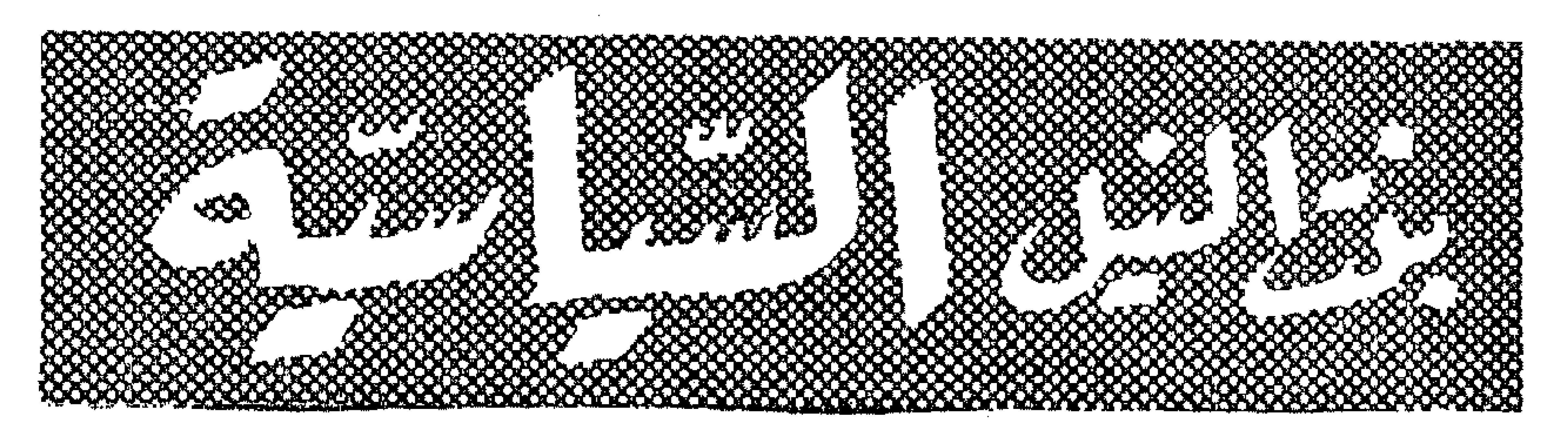
فمنذ خمسين عاما قامت الصحافة ، والصحافة وحدها ، تدعو الى انشاء الجامعة المصرية فكانت طليعة خر عند حرمها كل طاغية ودوى فى أبهائها أول نداء بالحرية والاستقلال .

وقد استمعت فى حفل « الصحافة الجامعية » الى أحاديث شتى عن تاريخ الصحافة المصرية وكان بودى أن يتبسط المتحدثون فيما أشاروا اليه فى هذا التاريخ فيذكروا أن صحافة الاجيال الماضية وان أعوزها الفن وأعوزتها الادوات الحديثة كانت صحافة رأى عظيم أشاع فى الامة كل جديد عرفته مصر . وبصرت عامة الناس وخاصتهم بحقوقهم ومضت تضرب على هذا الوتر حتى بلغت مصر ما بلغته اليوم من وعى وفهم لا ينكر خطرهما وقدرهما فى حياة الامم والشعوب .

واننا لنرجو أن تزود الصحافة الجامعية فى المستقبل القريب صحافة مصر بهذا الشباب القوى المؤمن القادر فينشأ جيل من الصحفيين يبارك جهد السابقين ويواصل سعى الحاضرين ويكون خيرا من جميع الاجيال التى مرت بصحافة مصر وهى صحافة سيعرف التاريخ مكانها وسيضعها حيث تستحق من الوزن والتقدير .

لقد قال أحد الصحفيين الاحرار ان الصحافة رئة ثالثة للامم والشعوب وهى رئة تحتاج الى عقل سليم وقد طمأننى ما رأيت فى شبابنا الى مستقبل هذه الرئة فى حياة مصر والمصريين .





وراء الاحداث ...

جاء فى الانباء أن زوجـة رئيس جمهورية جواتيمالا وراء أحداث تلك البلاد ، وكل يوم يؤكد لنا التاريخ أنه ما من فكرة جديدة الا وورائها امـرأة ، وأكثر ما تكون المرأة فى تلك الحوادث امرأة صالحة هادية، لتوجيهها أثر طيب على النتائج والخواتيم

ومما يذكر فيهذا الميدان ان نهرو عظيم الهند كانت وراءه زوجة صـالحة تعينـه على واجباته واداء التزاماته ، بل ان سيدات الاسرة كلها سيدات لهن فى تاريخ الهنـد نصيب موفور .

وفى مصر كانت أم المصريين السيدة صفية وراء سـعد زغلول حين هب ذلك الزعيـم الخالد يطالب المستعمر بتحرير البلاد ويحتمل النفى والتشريد فى سبيل ذلك المثل الاعلى ، ولولا قوة هذه السيدةوصلابة عودها فى احتمال النكبـات واستعدادها لتحمل التبعـات لربما تأثرت الثورة المصرية منذ خمس وثلاثينسنة تأثرا يفسد حماسة الزعماء ويهـون من شجاعة الوطنيين ، فكانت تلك السيدة قدوة للنساء والرجال على السـواء فى السعى وراء استقلال البلاد .

ولا أنكر ان بعض الرجـال الصالحين تفسدهم زوجاتهماذا فسدت طباعهن ، وهذا قليل فى حياة العظماء الخالدين ، غير أن المرأة الصالحة تعتبر دائمانبراسا لزوجها وسندا له فى حياته العامة ، مهما تكن هذه الحياة

انى أرجو ان تكونكل سيدة مصرية ظهيرا لزوجهـا فى الافراح والاتراح ، متضامنة معه فى السراء والضراء ، واقفـة الى جانبه فى كل عمل صالح، فذلك من شأنه رفع مستوى الشعب وتقديم نخبة من رجاله الى الصف الاول من صـفوف الاحرار العاملين .

بنت النيل

شهر المؤتمرات وعيد الجمهورية

اذا قلنا ان شهر يونيو المنصرم هو شـهر المؤتمرات فلن نعـدو الصدق فى قولنا ..

فى هذا الشهر استمر انعقـاد مؤتمر جنيف لبحث مشاكل كورية ومشكلة الهند الصينية ، .. وقد تميز هذا المؤتمر بالازمات العنيفة فكانت الازمة تأتى وراء الازمـة منذرة بتوتر الموقف الـدولى .. وحاول المؤتمرون الوصول الى حل لازمة الشرق الاقصى ولكنهم فشلوا واعلنوا على الملأ فشلهم هذا وهكذا اصبحت أقوال المعقبين السياسيين الذين تنبأوا للمؤتمر بالفشل قبـل انعقاده .. ثم حاولوا الوصول الى حل للحرب فى الهند الصينية ، ولكن المبادىء التى حاول المعسكر الاستعمارى حل المشكلة على أساسها كانت مبادىء خاطئة وهكذا تمسك المفاوضون الوطنيون بموقفهم الذى يدعو الى جلاء الجيوش الفرنسية كأساس أولى .. وتفاعلت الاحداث واشتدت الازمة الداخليـة فى فرنسا ذاتهـا حتى قدمت الوزارة الفرنسية اسـتقالتها بعد سحب الثقة منها وأتت بعـدها وزارة منـديس فرانس التى أعلنت أن هدفها تحقيق السلام فى الهنـد الصينية والخروج بفرنسـا من المأزق الواقعة فيها .. كما اشتد جانب الداعين الى رفض فـكرة الجيش الاوربى وتوسـيع نطاق الحرب فى الهند الصـينية أى الجانب المضاد للسياسـة الامريكية ..

ولم تخف امريكا قلقها من هذه المواقف المضادة لسياستها وأسرعت تدعو حليفتها بريطانيا الى الوقوف الى جانبهـا وهـذا هو السبب الرئيسى كما يقال لعقد مؤتمـر واشنجطن بين تشرشـل وايدن من جهة وايزنهاور ودالاس من جهة أخرى ..

وبهذه المناسبة يقال والعهدة على الرواة ان مشكلة قنال السويس سوف تبحث فى هذا المؤتمر .. وان امريكا سوف تتخذ موقفـا حاسما ازاء بريطانيـا التى ظلت تماطل وتسـوف حتى الان ازاء مصر ..

وبنت النيل تتمنى وتدعو الله أن لا يخرج الامريكان والانجليز على الناس بعد هذا المؤتمر بانفـاق استعمارى جديد يؤدى الى توتر الموقف الدولى أكثر مما هو متوتر الان ..

وانعقد مؤتمر ثالث فى جهـة أخرى هى عمان . انعقـد بين عاهلين عربيين عظيمين هما الملك



تبرعت سيدات السودان بحليهن لدفع التعويضات للموظفـين الانجليز المطرودين !!

الموظف البريطانى ـ العقد ده باقى المكافأة بتاعتى !!

سعود والملك حسين .. وقد انفض هذا المؤتمر وتواترت الانباء بأن النتائج التى وصل اليها الملكان سوف تؤدى الى تدعيم الجبهة العربية بحيث تقف صفا واحدا ضد الاستعمار .. كما جاء نبأ آخر هام وهو ان المملكة العربية السعودية سوف تؤازر الاردن فى التحرر من ربقة الاستعمار البريطانى ..

هذا ومن المعروف ان هذا المؤتمر الاخير يعتبر امتدادا طبيعيا للزيارة التى قام بها الصاغ صلاح سالم وزير الارشاد القومى للملك سعود والتى نتج عنها الاتفاق التام على السياسة الخارجية بين مصر والمملكة العربية السعودية ..

وطلعت علينا الجرائد فى اواخر الشهر باخبار الحرب الاهلية فى جمهورية جواتيمالا بامريكا الوسطى .. وقد اتهمت جواتيمالا الولايات المتحدة الامريكية بتدبير هذه الحرب وتشجيع هندوراس وسلفادور على ايواء العناصر المعادية لها وتسليحها وذلك بسبب الغائها للاحتكار الذى كان لشركة الفواكه الامريكية بجواتيمالا .. وقد قدمت جواتيمالا شكوى الى مجلس الامن احتجاجا على هذا الاعتداء على اراضيها .

وفى مصر تمت محاكمة الضباط المتهمين باحداث فتنة فى الجيش أمام الدائرة الثانية لمحكمة الثورة

كما وافقت الذكرى الاولى لاعلان الجمهورية المصرية .. ووجه السيد اللواء أركان الحرب محمد نجيب رئيس الجمهورية كلمة الى المواطنين بهذه المناسبة ذكرهم فيها بهذه المناسبة السعيدة بالثورة وما حققته لهم من حرية ومساواة .

واستمرت الثورة ماضية فى طريقها .

واخذ عبد اللطيف البغدادى وزير الشئون البلدية والقروية ينظم مدن الجمهورية ويخرج على الناس بمشروعاته العمرانية الواسعة النطاق .. واخذ مجلس الانتاج القومى يوالى دراساته وبحوثه ويطلب الاعتمادات المالية الضخمة لتنفيذ اصلاحاته .. وآخر نجاح حققه هو اتفاقه مع بعثة البنوك الفرنسية على تمويل مشروع السد العالى وغيره من المشاريع الكبرى .

واخيرا زفت الجرائد الى الناس بشرى جديدة هى ان العمل فى خزان اسوان الذى كان مقررا له خمس سنوات سيتم فى اربع سنوات ..

وقام الصاغ صلاح سالم بزيارة القطر الشقيق لبنان فى اواخر الشهر الماضى ، وسيكون لهذه الزيارة اطيب الاثر على العلاقات الودية بين الدول العربية

فى سطور

قال الدكتور محمود عزمى مندوب مصر الدائم لدى الامم المتحدة ان الرأى العام العالمى لا الرأى العام الامريكى فقط ينظر الى الحرب المقبلة على انها حرب الفناء وذلك بعد ان اخترعت القنابل الذرية والهيدروجينية وانه يعتقد ان قيام مثل هذه الحرب احتمال بعيد جدا فى الوقت الحاضر على الاقل ..

◆ أكدت بعض الصحف الفرنسية قرب عودة مولاى محمد بن يوسف سلطان مراكش السابق الى بلاده للاقامة فيها فقط على أن يتولى نجله الثانى الامير عبد الله العرش .

◆ استخدم الاتحاد السوفيتى حق الفيتو فى مجلس الامن لوقف قرار احالة النزاع فى جواتيمالا الى منظمة الدول الامريكية .

◆ اذاع راديو بكين ان عدد سكان الصين الشيوعية قد بلغ اكثر من ٦٠٠ مليون نسمة وكانت النسبة بين النساء فى الانتخابات العادية فى البلاد قد بلغت ١٧ فى المائة واشترك خمسة ملايين نسمة فى الانتخابات العامة .

◆ حملت وكالة تاس السوفيتية حملة عنيفة ضد أمريكا وحملتها مسئولية حوادث جواتيمالا . وكان لامريكا شركة احتكارية للفواكه بجواتيمالا الغت الحكومة الوطنية عقد امتيازها .

◆ صرح أحد موظفى الامم المتحدة بأن الاجتماع الطارىء الذى كان مقررا ان تعقده لجنة الهدنة المشتركة الاردنية الاسرائيلية للبحث فى شكوى الاردن بشأن حادث قرية زيتا قد الغى أما السبب فهو ان الحادث لا يبرر عقد اجتماع طارىء

◆ تبرع أحد أثرياء الايرانيين ببوابة من الذهب الخالص ركبت لضريح على بن ابى طالب بالنجف الشريف فى اقليم كربلاء بالعراق

◆ اعلنت وزارة الخارجية الامريكية انها قررت تخصيص ٣٠ مليون دولار لتزويد الجيش التركى بالملابس ووقود الطائرات النفاثة والاطارات ومن المعروف انه قد سبق أن وضع مبلغ ٤٦ مليونا فى الدولارات لاعتمادات المعونة الحربية لتركيا .

الرجل — اوعى تصدق انى ضد الستات .. ده انا من أنصارهم وعشان كده متجوز أربعة !





تقليــد

علمونا فى المدرسة أن التقليد عيب يجب أن نتجنبه ، وأثبتت الايام أن التقليد من مستلزمات الحضارة ، فنحن ـ المصريين مثلا ـ قلدنا الامم الاخرى فأدخلنا الكهرباء وشيدنا المدارس وفتحنا البارات والقهوات أيضا ؟! فالتقليد اذن مفيد وضار ، وهو شيء لا بد منه ، وعلى قدر أخلاقنا وذكائنا يسوء أو يحسن التقليد

وأبرز عيوب التقليد تظهر عند بعض السيدات ، فالسمراء تقلد البيضاء فى ملابسها وتسريحة شعرها ، انهن فى باريس مثلا يتخيرن حتى نوع الروائح العطرية ، فللسمراء نكهتها وللبيضاء رائحتها الخاصة ، وأنت تستطيع فى مصاعد باريس أن تعرف لون السيدة التى ركبت المصعد قبلك من أرج الرائحة التى تركتها فيه !

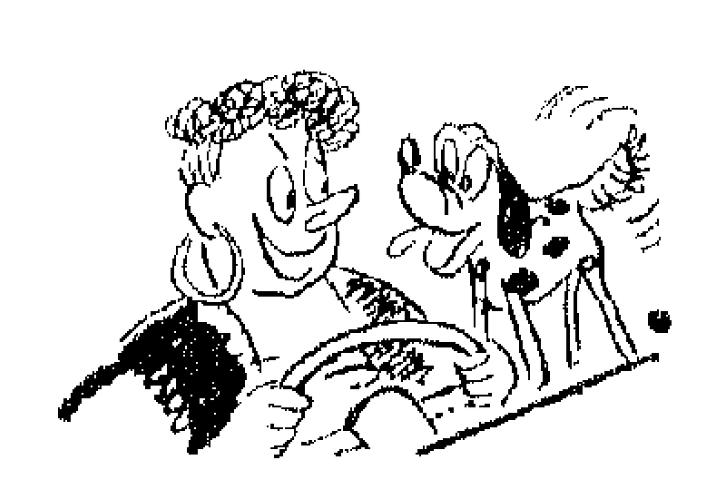
ترى متى تعرف سيداتنا أسنانهن ومراكزهن وأذواقهن فلا يفسدن بالتقليد الاعمى كل ما فيهن من سحر وجمال ؟



هـذه اللوثة

يبدو أن كثيرا من السيدات حين يبلغن الاربعين يصبن بلوثة تفقدهن مزاياهن التى كانت لهن فى صدر الشباب ! فأننى مرتاع منذ عدت الى وطنى الحبيب ، اذ أسمع كلما ذهبت هنا أو هناك « ذات الاربعين » تحدثنى حديثا فارغا تخجل الصغيرة من الصبيات أن تذكره فى جمع عام أو خاص ، فقد قالت لى واحدة ممن بلغن الاربعين ـ معقبة على كلمتى المنشورة فى العدد الماضى تحت عنوان جهاد التافهات ـ انها تتمنى أن تكون لها سيارة «كاديلاك» بشرط أن تكون مكشوفة ، وبجانبها كلب يؤنسها فى الروحات والغدوات ؟!

لا شك أنها سيدة مصابة بلوثة ، ولا شك أيضا فى أن الحديث عن مثل أولئك السيدات واجب حتى تعرف المرأة المصرية أن حياتها اليوم يجب أن تكون جهادا من لون آخر ، وليس جهادا كذلك الجهاد التافه الذى عرفناه منذ سنوات فى حياة بنات الذوات ، وما أدراك ما حياة بنات الذوات ، رقص وطرب وخمر وفراغ وكفر بواجب الوطن فى الاحداث والملمات ...



تجملى يا سيدتى

أنا لا أطيق أن أجد أنثى فى مجتمع خالية من التجميل أو على الاقل غير مراعية مظاهر الانوثة الواجبة فى حياة الاناث ، ولا أحب للمرأة الا الكعب العالى اذا انتعلت ، والشعر المجعد المصفف فى كل مكان ، والوجه الباسم المريح ولو أدى الامر الى بعض الرتوش بالاصباغ والالوان ...

واذ كنت أحب للمرأة أن تكون ضاحكة الاسنان فى الزيارات والمجتمعات ، فأنا بالطبع أحب أن أراها فى بيتى كزوجة قد بذلت أقصى ما عندها من التجمل والملاحة ، والا أصبح البيت أثقل من المصانع ودور الاعمال !



حلاوة المشيب !

جاءنى صديق يعرض على دواء يقضى على « الشيب » ، وقال انه أهم من القنبلة الذرية أو الهيدروجينية ! بعض نقط منه تعيد شعرك أسود من شعر الغراب ؟!

ولم أصدق بالطبع أهمية هذا الدواء ، وعجبت من أن عودة السواد الى شعراتنا البيضاء حدث يستحق التعليق أو الالتفات ، فأنا دائما مؤمن بالواقع ، والواقع يفرض على رءوسنا أن تشيب فى سن معلومة ويطير منها الشعر عند موعد مضروب ..

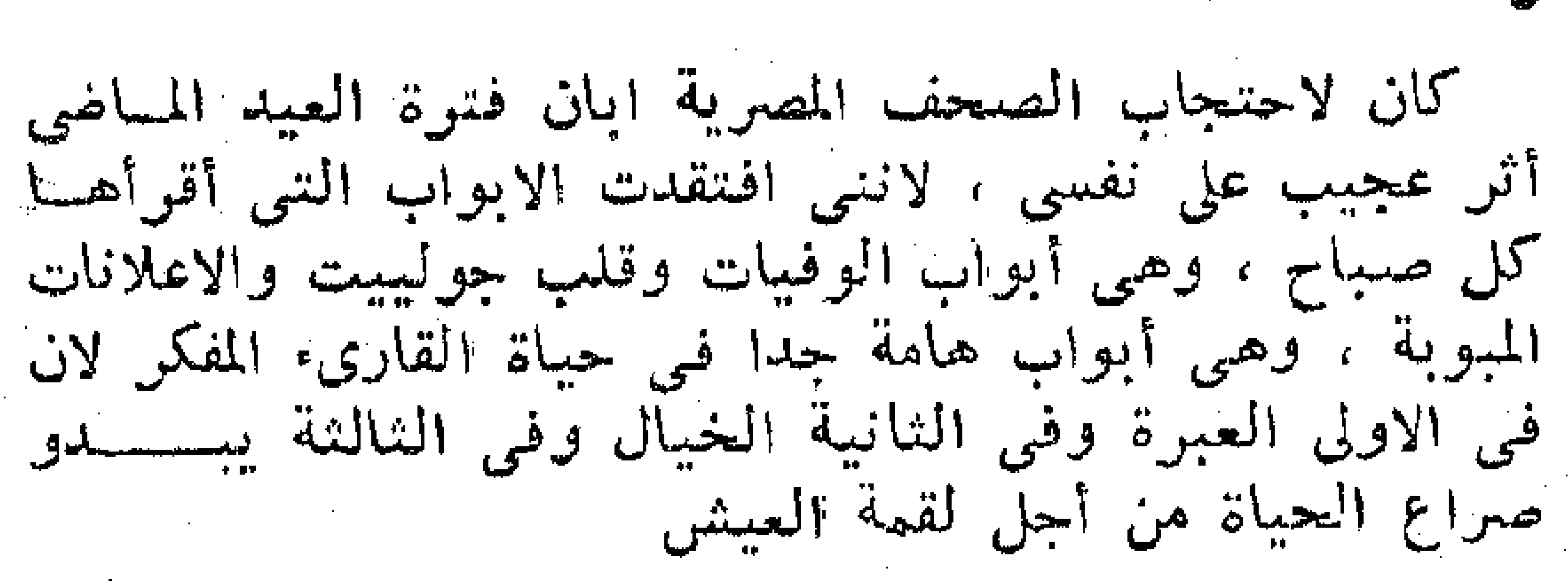
ماذا يضير الرجال أن يبدوا وشعرهم أبيض أو رءوسهم خالية من الشعيرات ؟ ان لهذا جماله ورواءه تماما كما كان لشعرنا المفروق أو المسدول بهاؤه فى صدر الشباب ...



حب بالعافية

كتبت احدى القارئات تذكر لى أنها تعرفت الى سيدة منذ سنتين فأحبتها وصادقتها ، ثم تكشفت لها أخلاق تلك السيدة ، فاذا هى امرأة كذوب لعوب ، سمجة نصابة ، خلاقة للوعد ، نهازة للفرصة ، مغيرة للذمة ، فخاصمتها دون أن تسىء اليها بكلمة عتاب ، ووقفت منها موقفا سلبيا وهذا الموقف أحقد هذه المرأة فاضطهدتها بشتى ألوان الاضطهاد ، ولو بيدها لقتلتها !..

وتقول السيدة الشاكية ان المرأة اللعوب الكذوب تشكو لطوب الارض منها وتتساءل لم تخاصمها ؟ ولم يثقل عليها ظلها ؟ ونسيت أن الحب والود يحتاجان الى صفاء النفس ويقظة الضمير ، وهذه المرأة قد فقدتهما ... وتسألنى الشاكية رأيى ؟.. ورأيى ان الذين استحوا ماتوا ..



وحشة الصحف

كان لاحتجاب الصحف المصرية ابان فترة العيد الماضى أثر عجيب على نفسى ، لاننى افتقدت الابواب التى أقرأها كل صباح ، وهى أبواب الوفيات وقلب جوليت والاعلانات المبوبة ، وهى أبواب هامة جدا فى حياة القارىء المفكر لان فى الاولى العبرة وفى الثانية الخيال وفى الثالثة يبدو صراع الحياة من أجل لقمة العيش

ان الصحافة المصرية تكتب أروع أيام تاريخها اذا اعتنت بتدعيم هذه الابواب من صفحاتها الكثار ، وهى فى الحق تؤدى واجبها فى هذه الناحية الاداء الحسن ، ولا ينبئك مثل خبير ، وأنا خبير بتاريخ صحافتنا ، ولى فيها نحو عشرة كتب غير مئات الاحاديث والمقالات ، وأرجو أن تتاح لى فرصة أدرس فيها الضرب الجديد من الفن الصحفى نادر المثال





تسليم الكاس لصوت الهندسة

كأس الصحافة الجامعية

لاول مرة فى تاريخ جامعة القاهرة تخصص الدكتورة دريه شفيق كأسا لاحسن صحيفة جامعية وقد تكونت لجنة من الدكتور احمد حسام الدين سكرتير عام جامعة القاهرة والاستاذ محمد زكى عبد القادر رئيس تحرير الاخبار والدكتور محمد عبد المنعم بدر عميد كلية الحقوق والاستاذ عبد الحميد الدواخلى .

وتولى أعمال السكرتيرية الاستاذ يوسف فهمى .

واشترك فى هذه المسابقة عدد كبير من الصحف التى تصدرها كليات جامعة القاهرة .

وقد استعرضت اللجنة الصحف المتسابقة واسفرت النتيجة عن منح كأس الدكتورة درية شفيق لصحيفة « صوت الهندسة » لكلية الهندسة . ونالت الجائزة الثانية صحيفة « هى »

١ ـ احدى الفائزات تتسلم جائزتها
٢ ـ المائدة الرئيسية
٣ ـ الصحافة تصغى الى احدى الكلمات

لكلية العلوم وفازت بالجائزة الثالثة صحيفة « أنباء الطب » لكلية طب قصر العيني. واستحقت الجائزة الرابعة صحيفة « رسالة الجامعة » لكلية الحقوق .. كما نال بعض الطلبة جوائز على المقالات أو القصص التى كتبوها فى تلك الصحف .

وكان يوم الثلاثاء ١٥ يونيه الماضى موعدا لاقامة حفل تسليم الكأس وتوزيع الجوائز بالحرم الجامعي وقد دعي اليه كبار رجال الجامعة والصحافة ، كما لبى الدعوة كثيرون من أهل الرأى والفكر كما اشترك عدد كبير من طلبة الجامعة وطالباتها .

واختلف المدعوون الى موائد الشاى بينما كانت موسيقى الحرس الجمهورى تعزف ألحانها الشجية التى ملأت جو الحفل حبورا ..

وبعد تناول المرطبات قام الأستاذ الدكتور احمد زكى مدير جامعة القاهرة وارتجل كلمة استعرض فيها تاريخ الصحافة المصرية وتطورها. ولم ينس أن يشير الى أن الكأس مهداة من سيدة لا من رجل ، الشيء الذى يدل على مساهمة المرأة مساهمة فعالة فى مختلف ميادين النشاط فى مصر وهى اليوم تدلى بدلوها فى الحياة الجامعية التى تعد رجال الغد .

وقام بعد ذلك الاستاذ الدكتور عبد المنعم بدر عميد كلية حقوق جامعة القاهرة، فتكلم عن أهمية هذه المسابقة فى تنمية أذهان الطلبة وصرح بأن جامعة القاهرة ستولى هذه المسابقة بالغ اهتمامها فى السنوات القادمة

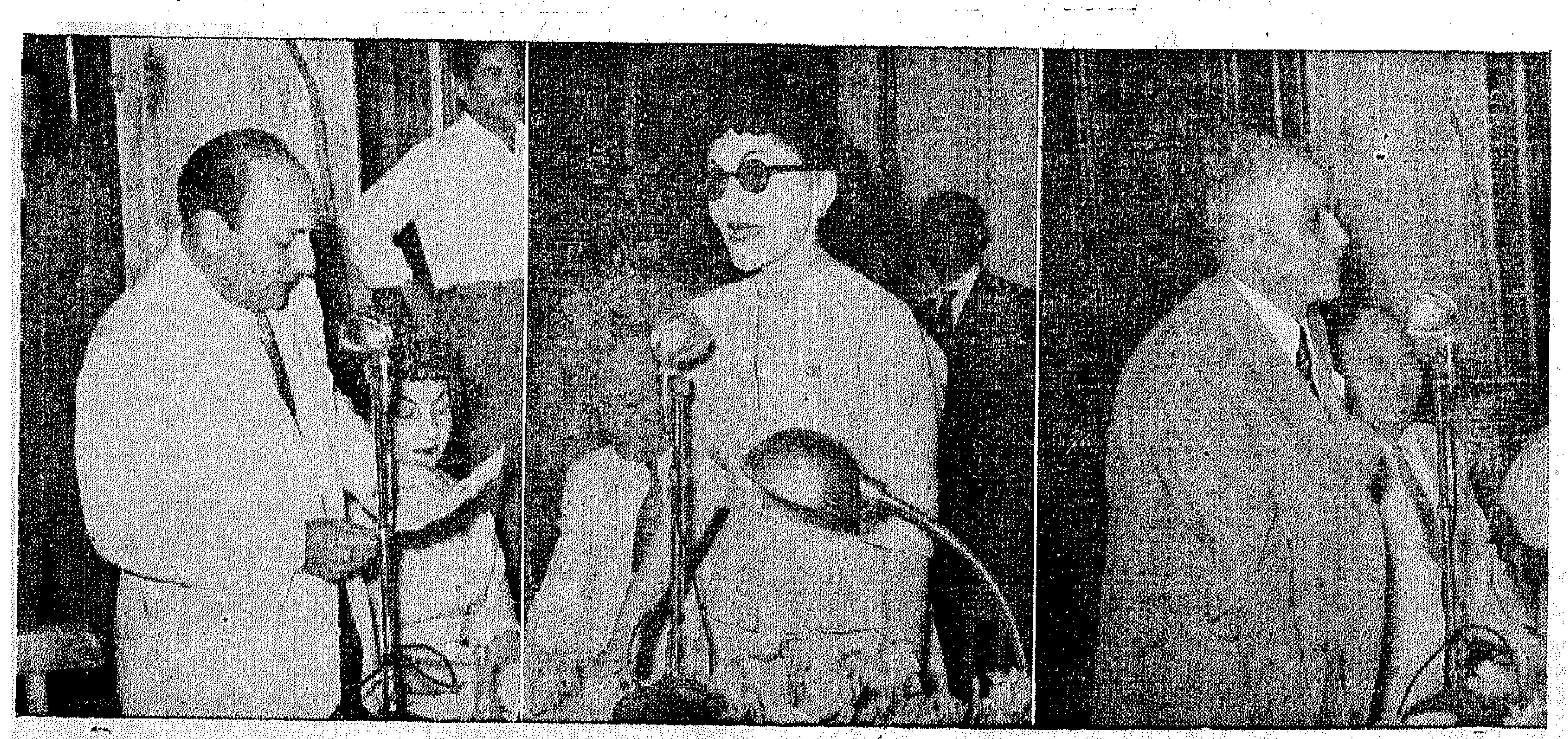
وتولى الاستاذ محمد زكى عبد القادر عضو لجنة الصحافة الجامعية اعلان نتيجة المسابقة . وبعد تقديم الكأس للكلية الفائزة وزعت الجوائز على ستة من الطلبة وثلاث من الطالبات لتفوقهم فى كتابة الاحاديث والقصص والاخبار .

ثم قامت الدكتورة درية شفيق فألقت كلمة قصيرة هنأت فيها الاساتذة بطلبتهم والطلبة بأساتذتهم . وقالت « كانت هذه المسابقة فرصة كبرى لاكتشاف كثير من القيم وكثير من المعانى تبشر بنهضة صحيفة رائعة» ثم ألمعت الى تلك الجهود الشابة التى نسقت صفحات هذه المجلات الجامعية التى تؤكد لنا مدى ما يمتاز به صحفيو الغد من عمق وذوق ووعى . وأشارت الدكتورة الى أن صحافة اليوم ليست مقالات طويلة تكتب داخل المكاتب ومن وراء الجدران ، ان الصحافة الحديثة مرآة للحياة ، ثم عرجت على الجامعة فذكرت انه ليس هناك مكان أفضل من الجامعة كمدرسة للصحافة تستند أول ما تستند الى الانطلاق والنزاهة والقومية .

وختمت الدكتورة كلمتها بشكر المسئولين فى الجامعة على ما أتاحوا من فرصة لشبابنا لخوض ميدان صاحبة الجلالة وتمنت أن يكون للجامعة عشرات المجلات فى المستقبل القريب ان شاء الله .



السيدات أمينة السعيد وزهرة رجب ودرية شفيق وخلفهن الاستاذ محمد زكى عبد القادر والاستاذ عبد الحميد الدواخلى



مدير الجامعة — صاحبة الكاس — عميد كلية الحقوق

المجتمع في شهر



المستر والمسز شينيجو

◆ زار دار بنت النيل المستر والمسزمارتن شينيجو عن دار هيرست الصحفية التى تعتبر من كبريات دور الصحف فى الولايات المتحدة وكان فى صحبتهما السيدة ماتيلدا جريس عضو اتحاد بنت النيل والمعروفة بنشاطها الاجتماعى وهى خريجة الكلية الامريكية بالقاهرة ·

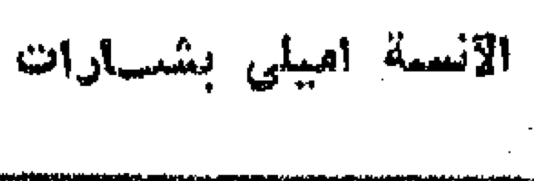
وقد تناول الحديث نشاط المرأة المصرية فى مختلف الميادين · وأبدى الصحفيان الامريكيان اعجابهما الشديد بالصحافة المصرية التى قطعت شوطا بعيدا فى الاخراج وجمال المظهر

◆ عقد اتحاد الجامعيات جلسة هامة بنادى اتحاد خريجى الجامعة وذلك تمهيدا لانتخاب مجلس الادارة الجديد ·

◆ أرسلت الدكتورة درية شفيق الى الانسة اميلى بشارات برقية تهنئها بمناسبة تأسيسها هيئة نسائية باسم « اتحاد نساء الاردن » الذى يهدف الى المطالبة بحقوق المرأة

السيدة جنان الشواربى

الآنسة اميلى بشارات







◆ يقال ان السنيورة ماريا زوجة رئيس جمهورية جواتيمالا تساهم بنصيب موفور فى ادارة دفة سياسة بلادها ·

◆ تمكنت المركيزة كارينا نجرونى وزميلتها أداماركبالى من تسجيل رقم قياسى جديد فى الطيران بدون توقف · فقد قطعتا ٣٠٠٠ كيلو متر دفعة واحدة من توشيا فى ايطاليا الى مدينة الاقصر ·

◆ قامت الهيئات النسائية بدمشق بمظاهرة للمطالبة بتعديل مشروع قانون الانتخابات بحيث يصير من حق المرأة السورية أن ترشح نفسها للبرلمان · وقد وعد رئيس اللجنة البرلمانية التى تقوم بتعديل مشروع القانون ، المتظاهرات بالنظر فى مطالبهن وتأييدها

◆ وافق وزير المعارف على السماح لتلميذات المدارس الثانوية النسوية الراسبات فى امتحان النقل فى مادة واحدة فقط ، بدخول الدور الثانى فى تلك المادة فى بداية العام الدراسى المقبل ·

◆ ستنشىء وزارة الصحة بمستشفى المنيل الجامعى ثلاثة أجنحة جديدة يسع كل منها ١٥٠ سريرا للولادة وأمراض النساء ·

◆ انتخبت الانسة كريستيل شاك الالمانية وعمرها ٢٩ سنة ملكة لجمال أوروبا فى المباراة التى أقيمت فى الشهر الماضى بمدينة فيشى فى فرنسا ·

◆ عادت السيدة جنان الشواربى بعد أن مثلت مصر هى وحرم مريت غالى فى مؤتمر الهيئة الدولية للصليب الاحمر · وقالت السيدة جنان انها تعود الى مصر وهى سعيدة بما نالته البلاد من مركز رفيع فى هذا المؤتمر الذى كان يضم ٦١ دولة ·



السيدة هدية هانم بركات

♦ أقامت جمعية المرأة الجديدة يوم السبت الموافق ١٩ يونيه الماضى حفلتها الخيرية بنادى بنك مصر وشركاته . وأحيت الحفل كوكب الشرق الانسة أم كلثوم . وقد خصص الدخل للانفاق على مدرسة المرأة الجديدة للمربيات والممرضات بمصر القديمة . وكان لجهود السيدة هدية بركات رئيسة الجمعية والسيدة أمينه أمينة صدقى أمينة الصندوق أطيب الاثر على نجاح الحفلة

وتقوم المدرسة المذكورة ببذل جهود طيبة فى سبيل تخريج جيل من المربيات والممرضات ذوات الثقافة التى تتمشى والعصر الحاضر .



السيدة استر فهمى ويصا

♦ ألقت السيدة استر فهمى ويصا حديثا فى نادى الصحفيين بالاسكندرية تكلمت فيه عن بعض ذكرياتها الوطنية والسياسية وعن رحلتها الى الولايات المتحدة للدعوة الى السلام والمحبة بين الشعوب .

♦ قرر الدكتور نورالدين طراف وزير الصحة تأليف لجنة عليا من المختصين فى رعاية الامومة والطفولة .

قالت الاميرة دينا عبد الحميد المدرسة بكلية آداب جامعة القاهرة انها ستقوم برحلة الى البلاد العربية بصحبة احدى صديقاتها ابتداء من ٥ يوليه الحالى حيث تقوم أولا بزيارة الاردن



السيدة أمينة صدقى

السيدة دينا عبد الحميد







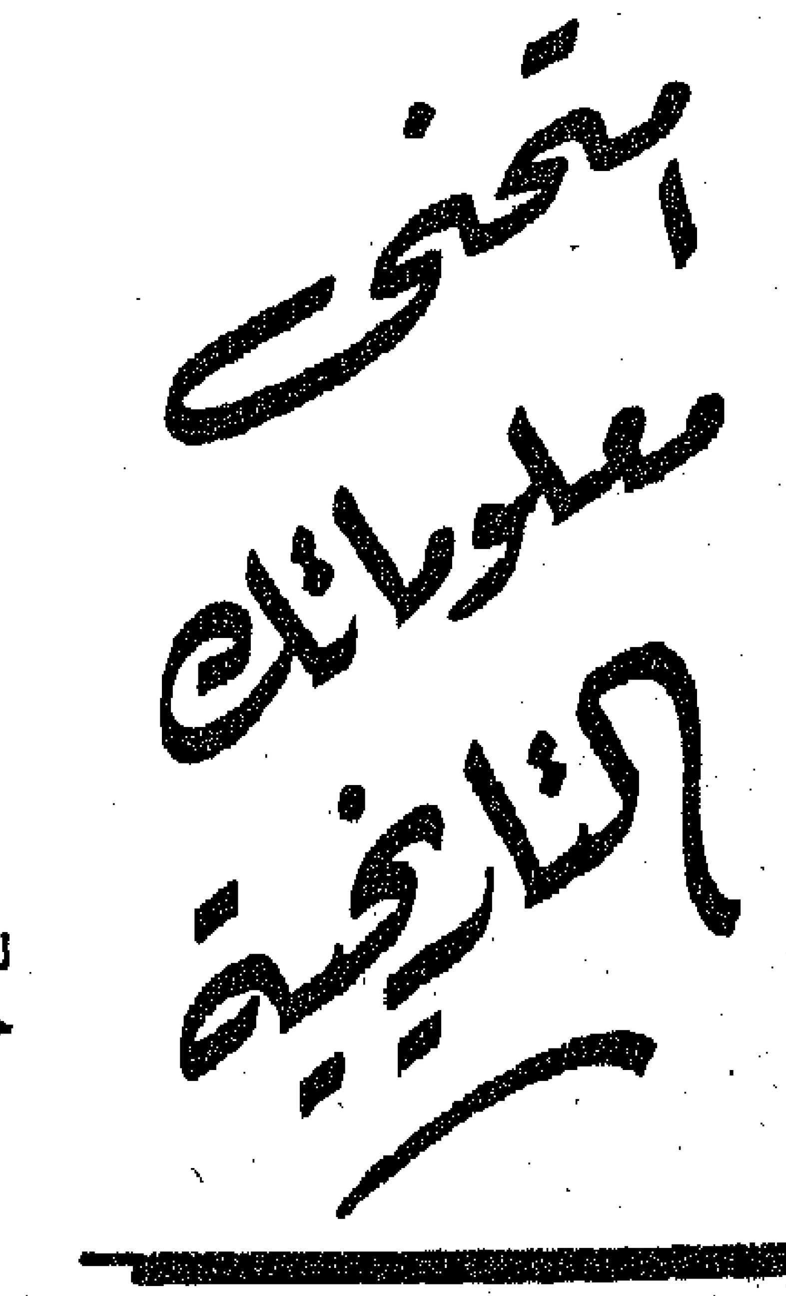
♦ تكونت فى السودان جبهة نسائية تقوم بجمع النقود والتبرعات لدفع التعويضات للموظفين الانجليز الذين يتركون مناصبهم بعد سودنتها وتعيين سودانيين بدلا منهم

♦ أعدت ادارة البحوث الفنية بوزارة الشئون الاجتماعية تقريرا عن اتفاقية هيئة الامم الخاصة بمنح النساء حقوقهن السياسية . وقد أرسل هذا التقرير الى لجنة وضع الدستور لبحثه والاستفادة منه عند النظر فى حقوق المرأة فى مصر

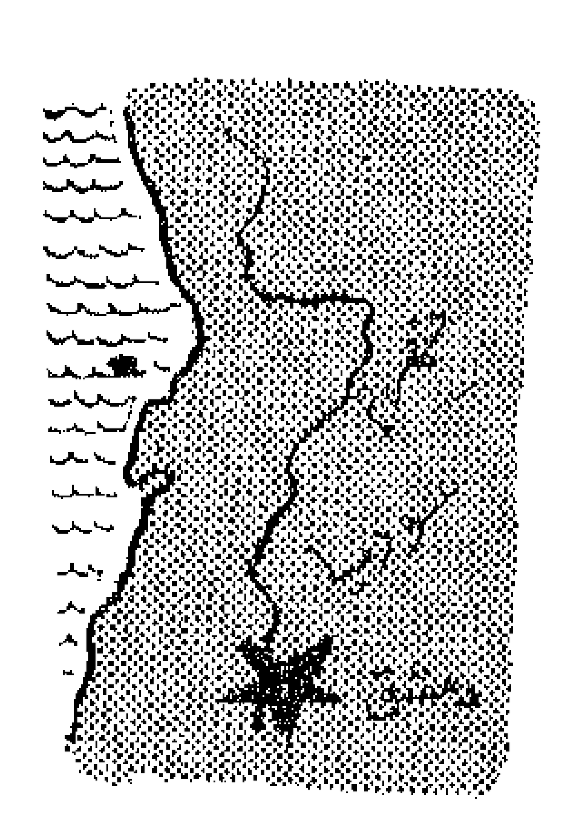
♦ تعتبر الانسة كاتيا فافديك أضخم امرأة فى العالم ، اذ يبلغ طولها ثمانية أقدام وأربعة انشات ، أى حوالى مترين ونصف ووزنها ٢٠٠ كيلو جرام .

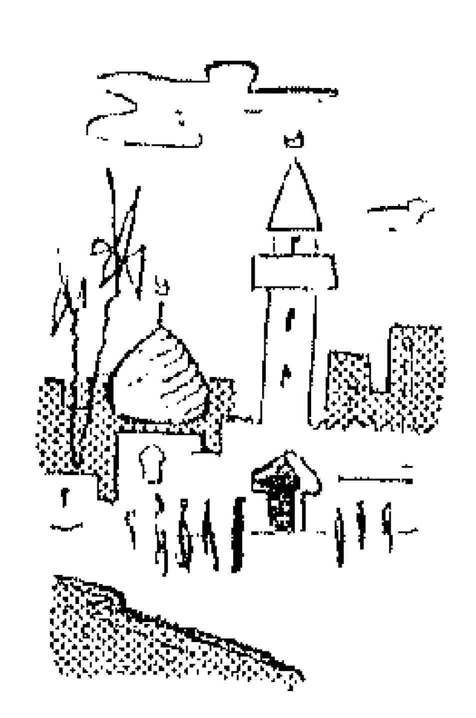
♦ احتفلت سيدات اليونسكو بالسيدة جيرونيما بسكون عضو البرلمان الفليبينى التى اختيرت عضوة فى اللجنة التنفيذية للهيئة فكانت السيدة الوحيدة بين عشرين عضوا من الرجال !

♦ ألغت لجنة التحكيم اختيار كريستيل شماك الالمانية ملكة لجمال أوروبا لانها متزوجة واختيرت بدلا منها ملكة جمال فرنسا









١ — ما اسم آخر رئيس للجمهورية السورية قبل انقلاب حسني الزعيم ؟
ا) فوزي سلو
ب) هاشم الاتاسي
ج) شكري القوتلي

٢ — ما اسم النهر الذي تقع عليه مدينة دمشق ؟
ا) نهر العاصي
ب) نهر بردى
ج) نهر الخابور

٣ — ما اسم أكبر مدينة في المنطقة الشمالية لسورية ؟
ا) حلب
ب) اللاذقية
ج) حماه

عش الزوجية ... معمل السعادة !

تتسم العلاقات الزوجية عادة بين أي انسان وانسانة في بدايتها بالقوة ، بالقوة في العاطفة والانسجام والتوافق لدرجة أن الفترة الاولى في أي زيجة تمر كالحلم على العروس والعريس على حد سواء ·

على أن الكثيرين من الجنسين سرعان ما يشكون من موجة من الجزر تنتاب العلاقات الزوجية كلما تقدم الزمن وكلما مرت الايام على الزواج ··

والواقع أن هذا الذي يشكو منه الازواج أوالزوجات ليس جزرا ان صح ولكنه يعتبر نوعا من الملل والسأم مركب في طبيعة الانسان ويظهر دائما اذا استمر يحيا حياة واحدة رتيبة ليس فيها تغيير أو تبديل ··

وبما أن الحياة الزوجية المثلى لا تحتمل التغيير والتبديل بمعنى انه ليس في الامكان ان يأتي الرجل بامرأة غير امرأته بين الفينة والفينة كما أنه ليس بامكان السيدة أن تأتي برجل غير رجلها من وقت لاخر فلا بد من حل لهذا الملل والسأم ··

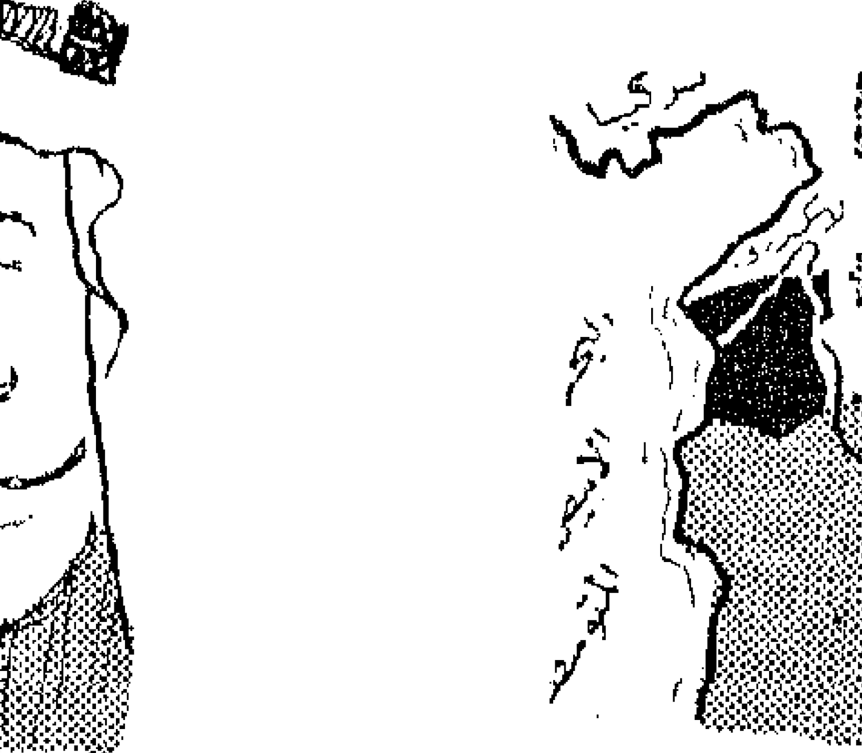
ان فيض الحب الذي يسيطر على العلاقات الزوجية في بدايتها سرعان ما ينحسر ويتحول الى نوع هادىء من الصداقة والالفة تدعمهما المصالح المشتركة والمسئولية المزدوجة ·

وعلى هذا يجب عليك يا سيدتي أو عليك يا سيدي أن تفهما هذه الحقيقة وأن تعملا على تدعيم حياتكما الجديدة ان كنتما جديدين في ميدان الزوجية بتغيير بسيط من وقت لاخر في الميدان الذي تمارسان فيه حياتكما المشتركة ··

ماذا يمنعكما من أن تذهبا في يوم أجازتكما الاسبوعية الى ضاحية من ضواحي المدينة أو الى الريف أو احدى الحدائق العامة لقضاء يوم بأكمله هناك ؟··

ان تغيير الاطار الذي يضمكما سويا من وقت لاخر عامل هام جدا لتدعيم سعادتكما ·· ستأتيكما أطياف الايام الجميلة التي امضيتماها في فترة الخطوبة أو شهر العسل في مثل هذه الرحلات القصيرة السريعة· وسترجعان سويا الى عشكما والسعادة تظللكما والحب القوي يعمر قلبيكما ·· وهكذا تتدعم شركتكما وتتأكد علاقتكما المقدسة ··

وكلمة أخرى أوجهها لكل سيدة من سيداتنا هي أنه لا يضايق الرجل شيء من المرأة قدر رغبتها في مناقشته في كل صغيرة وكبيرة تعترض حياتهما ·· فحذار من الدخول معه في نقاش مستمر ·· واقتصدي بقدر الامكان في عرض مشاكلك عليه وحاولي أن تحليها دون علمه ·· ان الرجل لا يطلب من المرأة



٤ – ما اسم اللـواء السورى المتنازع عليه بين سورية وتركيا ؟
ا) طرابلس
ب) انطاكية
جـ) الاسكندرونة



٥ – ما اسم القبائل العربية التى تسكن فى الصحراء السورية ؟
ا) عرب الرولة
ب) البياضية
جـ) الخيامية

الاجابة الصحيحة ص ٧٠

سوى أن تهيىء له الجو الذى يستطيع أن ينسى فيه عمله ومتاعبه العامة ولذا فلا داعى لان تشغليه بخلق متـاعب خاصة له ..

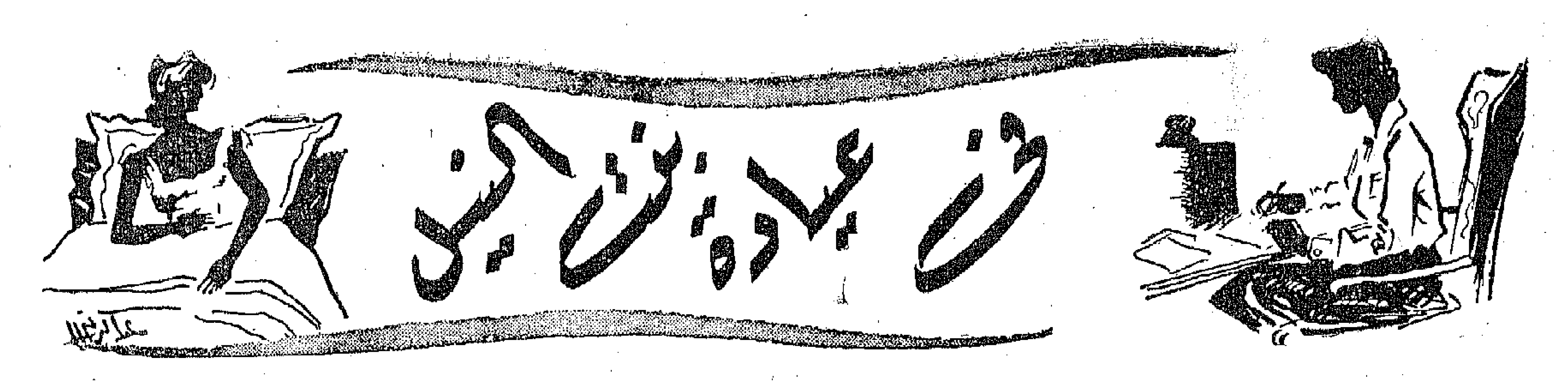
وقد عرفت سيدة تحب زوجها حبا جما وكل همها فى الحياة أن تراه راضيا عنها وبالتالى عن نفسه .. ولكنها رغم ذلك فشلت فى الوصول الى هدفها .. هل تعرفين السبب ؟ .. كانت تأتيه كل صباح لتسأله: ماذا تريد أن تأكل اليوم ؟ أتريد بطـاطس أم قلقـاس أم فاصوليا ؟!

وكان فى البداية يجيب عليها لاعتقاده انها تريد أن تعرف أى الاطعمة يفضـل ولكن لما وجدها تعودت على ذلك أبدى تبرمه وعدم رضاه عن طريقتها وأفهمها أكثر من مرة أن عليها اكتشاف ذوقه ورغباته فى الطعام وغير الطعام بمجرد ملاحظته ودون سؤاله بانتظام رتيب وبشكل مثير .. وقال لها بالكلمة الواحدة : « اننى غير مستعد لان أشغل فكرى فى هل من المستحسن أن آكل بطاطس أم قلقاس لان هـذا ليس عملى » .

وأعرف سيدة أخرى لاتقل عن سابقتها حرصا على محبة زوجها ورضاه ولكنها لـم تستطع أن تصل الى هدفها أيضا .. والسبب هو أنها كانت تسأله كل يوم قبـل خروجه من المنزل : أين ستذهب ؟ ومتى ستعود ؟.. ومن ستقابل ؟ ولماذا ستقابل هذا أو ذاك ؟ بحيث ضج الرجل من هذا الفضول وأعلن بصراحة أن هذه الامور تثير أعصابه وتجعله يحس بـأن الزوجية ليست سوى قيد وقيد ثقيل انه غير موضع لثقتها وان الافضـل لها أن تتركه يشعر بحريته لان فى هذا تدعيما لحبهما المشترك .

والامثلة كثيرة وكثيـرة جدا .. فاياك والالحاح أو التكلم فيما لا يهمك اطلاقا حتى وان مزقك الفضـول وحرق أعصابك ... ان عش الزوجية أفضـل مكان لسعادتك وسعادة زوجـك وأولادك .. لو استطعت أن تخلقى الجو المنـاسب .. تستطيعين الاستئثار بزوجك .. وفيه تستطيعين الوصول الى المنتهى ، منتهى السعادة .

٠١ خ



آلام الصدر ونغز القلب

للدكتور سنفرو كامل غبريال

أردت أن أكتب فى هذا الموضوع نظرا لانه شكوى مستمرة نسمعها من المرضى وخاصة السيدات فكثيرات منهن يذهبن للطبيب لانهن يشكون من نغز فى القلب أو ألم فى الصدر ويخفن أن يكون القلب قد اصابه مرض — واذا بدأنا بحالات القلب التى تسبب آلاما بالصدر نذكر الجلطة الدموية وهى حالة خطيرة تكون بشكل ألم شديد فى منتصف الصدر يمكث من ساعات الى أيام باستمرار ويكون مصحوبا بقىء شديد وهبوط عام وارتفاع فى درجة الحرارة وسبب ثان هو الذبحة الصدرية ويكون بشكل ألم فى منتصف الصدر ويتجه الى الذراع والكتف الايسر وقد ينتقل الى الرقبة والفك ويحدث الألم عند عمل مجهود كالمشى أو الصعود على السلم ويختفى الألم عند الراحة وتحدث هاتان الحالتان نتيجة ارتفاع ضغط الدم وتصلب الشرايين وذلك فى معظم الاحيان

وثمة سبب آخر هو اضطراب القلب نتيجة اجهاد أو اضطراب نفسانى وتسبب هذه الحالة ألما تحت الثدى الأيسر

وهناك حالات تقل أهمية عما ذكر فالتهاب غشاء القلب وبعض حالات روماتزم صمامات القلب وكذلك حالات تضخم الشريان التاجى والتهابه وهذه تحدث نتيجة الاصابة بمرض الزهرى كل هذه قد تنتج آلاما مختلفة الشكل من نغز الى نشر الى غير ذلك من آلام

— وسبب شائع هو التهابات عضلات الصدر وخاصة الناتجة عن الروماتزم « والروماتزم هنا خلاف الحمى الروماتزمية المعروفة» وهذا الألم يزداد عند الكحة أو عمل مجهود ينتج تحريك هذه العضلات

والتهاب اعصاب الصدر يسبب آلاما تنتقل فى اتجاه مواز للضلوع

وقد تكون آلام الصدر ناتجة عن امراض العمود الفقرى والالتهابات التى تصيب فقرات العمود الفقرى واليافه وكذلك السرطان وانفصال الغضروف كل هذه تسبب آلاما وخاصة عند تحريك سلسلة الظهر وامراض الرئتين فالالتهاب البلورى « وهو التهاب غشاء الرئتين يسبب آلاما تكون فى شكل نغز ويزداد الألم عند التنفس العميق أو عند الضغط وهذه الحالة غالبا ما تكون مصحوبة بعوارض اخرى كالكحة

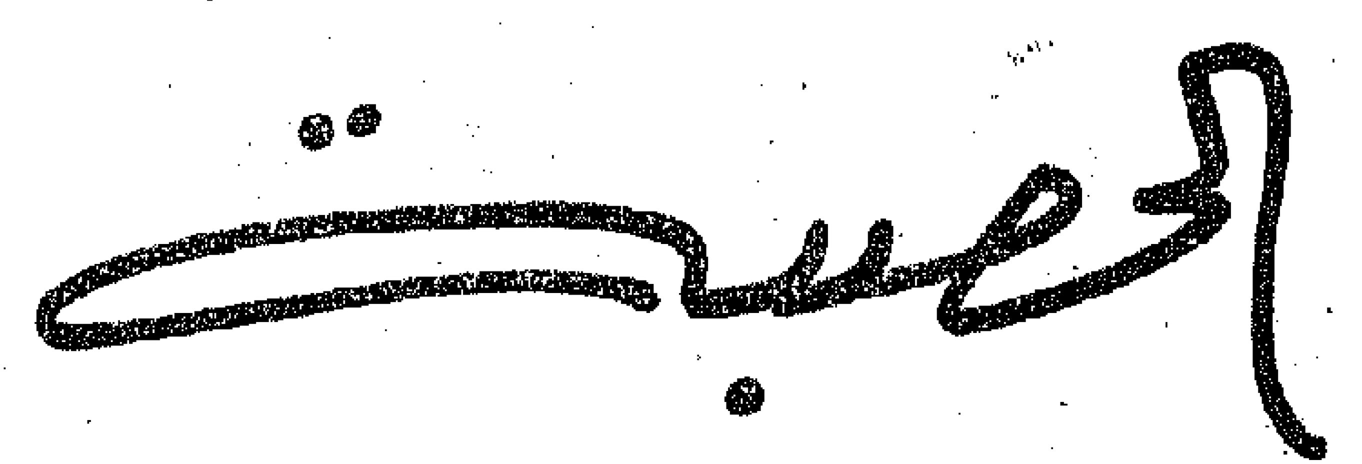
وبعض حالات الدرن الرئوى وسرطان الرئة وتضخم غدد الرئتين وانسداد شريان الرئة كلها تسبب آلاما بالصدر ·

وثمة اسباب اخرى لا توجد بالصدر ولكنها تحدث آلاما نذكر منها التهاب المرارة فكثيرون يشكون علاوة على العوارض الخاصة بها ألما تحت الثدى فى موضع القلب أو ألما فى الكتف الايمن او ألما فى الظهر وقد يكون الألم يشبه ألم الذبحة الصدرية ·

وحالات تمدد المعدة وانتفاخ الامعاء قد يضغط على القلب ويسبب آلاما بالصدر والذين يشكون من حموضة بالمعدة قد يشكون بألم يمتد الى المعدة ويكون بشكل حرقان وهناك حالات لا داعى لوصفها لانها تحتاج لتفصيلات دقيقة كسرطان المعدة والمرىء والتهاب البنكرياس وتضخم الطحال الخ ··

العلاج نظرا لتعدد الاسباب التى تسبب آلام الصدر فالعلاج يكون منصبا على علاج السبب فكل حالة لها علاجها الخاص ·

وبذلك يكون قد وضح لكم الاسباب العديدة التى تسبب آلام الصدر فلا داعى للتسرع واتهام القلب كسبب لها اذ تبين لكم ان القلب يسبب نسبة قليلة من آلام الصدر وخاصة فى السيدات حيث انهن اقل عرضة لامراض القلب من الرجال ·



الحصبة

بقلم الدكتور عبد الفتاح حسين

الحصبة مرض معد يصاب به الطفل مرة واحدة فى عمره الا فى أحوال نادرة ويصيب المرض الاطفال الذين تتراوح أعمارهم مابين ثمانية أشهر وخمس سنين · أما الاطفال الذين يقلون فى العمر عن ستة اشهر فيندر أن يصابوا بالمرض ·

وسبب هذا المرض فيروس يوجد فى افرازات الجهاز التنفسى للانسان ينتقل الفيروس المكسب للمرض فى الرذاذ المتناثر من فم وأنف المريض أما الملابس والادوات التى لوثها المريض فلا تنقل العدوى · وقشور الطفح لم يثبت أنها معدية ·

وأكثر أيام نشر العدوى هى الايام الاولى من المرض قبل ظهور الطفح ·

مدة الحضانة حوالى عشرة أو أحد عشر يوما ·

والاعراض هى افراز مائى من الانف وارتفاع فى الحرارة وكحة وتدميع العين واحتقانها وظهور نقطة بيضاء مزرقة صغيرة فى الغشاء المخاطى للخد من داخل الفم مقابل الضروس الامامية · وفى اليوم الثانى أو الثالث تنخفض درجة الحرارة الى الدرجة الطبيعية أو أقل من ذلك ثم ترتفع ثانية فى مساء اليوم السابق لظهور الطفح · ويظهر الطفح بعد ثلاثة أو أربعة

أيام من ظهور الاعـــــراض الرشحية • وعند ظهــــور الطفح تقوى الاعراض شدة فترتفع درجة الحــــرارة • ويسرع التنفس •

وفى الحالة غير المصحوبة بمضاعفات تنخفض درجة الحرارة بالتـــــدريج الى الحرارة الطبيعية فى أثناء الثماني والاربعين ساعة التى تلى ذلك أثناء اختفاء الطفح ولكن الحرارة والطفح يمكن أن يمكثا لمدة أربعة أو خمسة أيام • وتختفى نقط كوبلك عادة مع ظهور الطفـــح • ويظهر الطفح أولا فى الجبهة بجانب الحواجب وأسفــل وخلف الاذنين وفى المنطقة التى حول الفـــم أى الى الرقبة والجذع من الامـام والخلف وفى الـــذراعين والســــاقين واليدين والقدمين• يظهر الطفح أولا على شكل بقع غير منتظمـة ترتفع قليلا عن سطح الجلد لونها أحمر مختلفة فى الحجم من اثنين الى ستة مليمترات ثم تتحد هذه الحبيبات على شكل أهلة يختفى لونهـــا عند الضغط عليها أمـــا الجلد الذى بينها فيكون لونه أبيض• وهذا الاتحاد يمكن أن يكون مســـاحات من الاحمرار خصوصا على الظهر ويتغير لون الطفح الى بنى ويختفى الطفح بعد يومين الى خمســـــة أيام بترتيب ظهوره ويترك قشورا خفيفة كالردة •

والحصبة أنواع مختلفة فمنها ما لايظهر طفح فيـــه بعد الاعراض الخاصـــــة بالمرض ولكن تظهر نقـــط كوبلك وهذا النوع يحدث خصوصا بعد تحصـــــين الطفل لغرض تخفيف المرض عند حدوثه • ومنها نـــوع يسمى الحصبة السوداء أو النزفية وهو نادر جــدا ومميت ففيه تحدث أنزفة فى الاغشية المخاطية والجلد ومنها نوع يسمى الحصبة التسممية وفيها يــرتعش المريض ويهلوس وترتفع حرارته كثيرا ومنها الحصبة الرئوية أو الاختناقية فيكون هناك ضيق فى التنفس من أول ظهور المرض •

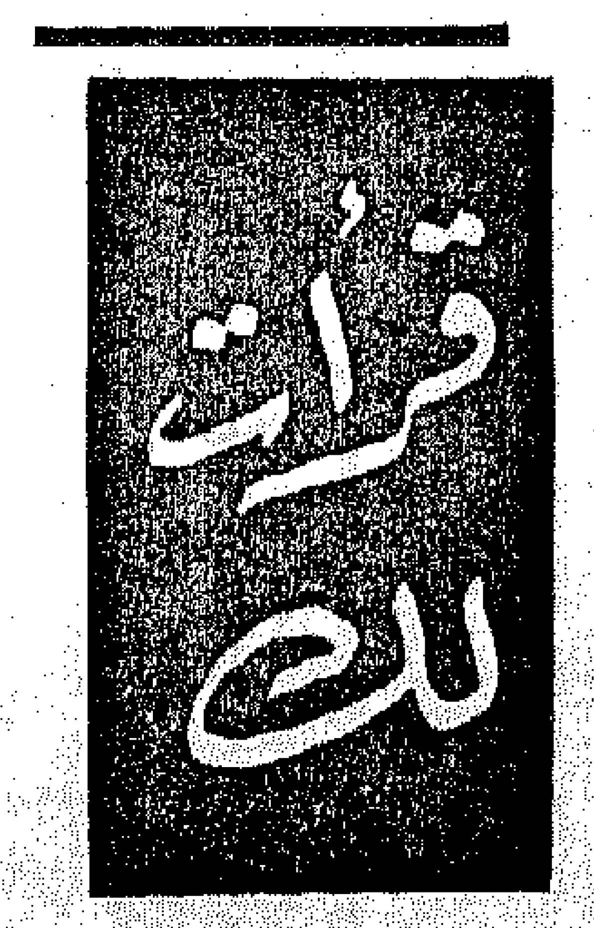
ومضاعفات المرض هى : التهاب الحنجرة والتهاب الشعب والالتهاب الشعبى والتهاب الجفون والتهاب الملتحمة فى العين وتقرحها •• والتهاب الاذن الوسطى ويصح أن يفقد المريض السمع • والنزلات المعوية الحادة ويمكن أن تحدث فى الدور الاول من المرض أو فى مدة ظهور الطفح أو بعد اختفاء الطفح ويمكن أن يحدث التهاب فى الحبــل الشوكى فيظهر على شكل تشنجات وأعراض عصبية والقرحة الاكالة للفــــم • والحصبة تنشط فى بؤر السل اذا كانت موجودة فى الغدد الشعبية ثم يظهـــر السل الرئوى •

ولمكافحة المرض يحجز أى طفل يظهر عليه أعــــراض رشحية مـــع حمى عن بقية أطفال المنزل فى غرفـــة صحية وبعد الشفاء تشمس الغرفة لمدة يومين وتغسل أرضيتها بالماء والصابون والفرش والاوانى والملابس التى استعملها المريض بالماء الساخن والصابون •

واذا خالط طفــــل غير مريض آخر مصابا بالحصبة يسمح للمخالط بالذهاب الى المدرسة اذا كان أصيب بالمرض قبل ذلك لانه ليس هناك حامــــل لفيروس الحصبة أما اذا كان الطفل المخالط لم يصب بالمرض قبل ذلك فيذهب الى المدرسة فى السبعة أيام الاولى من ابتداء تعرضه للعدوى أى بعد أربعة أيام من ظهـــور الطفح على الطفل المريض ثم يحجز فى المنزل خمســـة

(البقية على ص ٧٠)

الجندى الفرنسى ـ الست دى موش شوفناها فى الهند الصينية قبل كده ؟



بينما كنت اتصفح المجلات التى تصدر أسبوعيا فى بلجيكا لفت نظرى هذا الموضوع الطريف فرأيت أن ألخصه لك فى هذه الاسطر :

ما هو الباب الذى يجب أن تقرعيه قبل دخولك ؟ انه بلا شك باب غرفة النوم ، وباب المكتب ، وباب الحمام حتى لو كنت فردا من أفراد الأسرة . انه من الواجب احترام حرية الآخرين .

ويضيف محرر هذا المقال أن باب الصالون وغرفة الأكل والمطبخ لا يقرع .

ان كنت فى منزلك أو نزلت ضيفا على أحد الاصدقاء أو الاقارب فانه من قلة الذوق اغلاق باب غرفتك بالمفتاح الا ان كان فى المنزل اطفال يعبثون بكل شىء . ففى هذه الحالة يمكنك قفل باب غرفتك بالمفتاح بعد استئذان أصحاب البيت ان كنت ضيفهم .

أما ان نزلت فى فندق فمن حقك أن تغلق الباب بالمفتاح ان دخلت لتنام . وان خرجت فى النهار فيجب عليك اغلاق الباب وايداع المفتاح فى مكتب الفندق الذى يصبح مسئولا عن الأشياء المتروكة فى الغرفة ولكن هناك خطرا من أن يغلق الانسان الباب على نفسه ان كانت السن قد تقدمت به أو كانت صحته على غير ما يرام . فلو حدث له حادث أثناء الليل وكان بابه مغلقا تعذرت نجدته بسرعة .

من يمر من الباب ؟ انه الشخص الذى يستحق الاحترام . فالرجل يترك المرأة تمر أمامه ، والفتاة أو الشابة تمر بعد أى شخص مسن .

وان كان الأمر بين صاحب العمل ومستخدمه ؟ فان الاول بوصفه رئيسا له الاولوية بدون شك ولكن فى استطاعته أن يبرهن على حسن تربيته بأن يترك المستخدمة عنده تمر أمامه الا ان كانت فتاة صغيرة أو كان هو مستعجلا .

وان كان زوج وزوجة أو خطيب وخطيبة أمام باب أحد المطاعم . فمن يدخل الأول ؟ انه الرجل . فعليه أن يفتح الباب وأن يجتاز العتبة ويمسك درفة الباب لزوجته أو خطيبته ثم يسير أمامها . وينعكس الترتيب عند الخروج . فالمرأة هى التى تسير نحو الباب أمام الرجل الذى يقوم بفتح الباب ويدعها تخرج ثم يخرج خلفها .

وفى السيارات العامة ومراكب الترام وعربات السكة الحديد فان من يريد أن يغلق النافذة يجاب الى طلبه على الذى يريد أن تظل مفتوحة . فان للبرد عواقب اوخم من عواقب الحر . .

قولى لنا كيف تسافرين نقول لك من أنت ؟

ان أقل حركة تصدر عنا ، وسلوكنا فى كل ظرف من ظروف الحيـــاة تكشف عن شخصيتنا رضينا أم لم نـرض ، ان الذين يسمعونك أو يرونك يستطيعون جمع العناصر الكافية للحكم لك أو عليك . حاولى أن تعرفى الرأى الذى كونه عنك من شاهدك تسافرين

اى وسيلة للمواصلات تختارين ..؟

هناك الوسيلة التى تختارينها بالضرورة (مالية او عملية) . وفى هذه الحالة لا يستطيع أحد ان يكشف شخصيتك على حقيقتها . ولكن قد يكون اختيارك بوحى من ذوقك ..

الطائرة :

انت تحبين كل ما هو حديث . ان كنت شابة فانك ذات نشاط زائد عن الحد الطبيعى وجريئة أو محبة للظهور . أما ان كنت كبيرة السن فان اختيارك للطائرة لدليل على تقديرك للوقت حق قدره مع احتفاظك لشبابك على الرغم من تقدم السن بك .

السـيارة :

اختيارك للسيارة فى السفر دليل على حبـك للاستقلال وكراهيتك للزحام .

القطار :

ان طبعك متزن كما انك محبة للاجتمـاعات والراحة كما تفهمها الطبقة الوسطى . كما أنك لا تكرهين المواعيد المحددة التى تقيد حريتـك بعض الشىء .

انك تسافرين بالقطار :

يجب اذن أن تحجزى مكانك خاصـة ان كنت مسافرة فى فصل الاجازات والا كان لاهمالك هذا أسوأ العواقب . ان الذين يعرفونك سيحكمون عليك بانك لا تنظرين الى بعيد

وقد لا تحجزين مكانك لانك تقولين فى نفسك « لا بد أن أجد رجلا يتنازل لى عن مكانه » .. لا شك أنك كسولة وأنانية وانك تستغلين كـرم غيرك اسوأ استغلال .

وقد تحجزينه دون أن تطلبى من الموظف مكانا بعينه . انك اذن ذات طبع هادىء تحبين الحياة التى ليس فيها تعقيد .

أما ان كنت تطلبين عند الحجز مكانا تحددينه فانك مدققة ، حازمة ولكن قد يذهب هذا التدقيق احيانا الى حد الشذوذ .

حقائبك :

انك تحملين من الحقائب أكثر مما يجب : فهـذا دليل على عدم اطمئنانك ونقص فى تفكيرك .

انك لا تحملين ما فيه الكفاية من الحقائب : أنت اذن كسولة بوهيمية لا تبالين بما يعرض لك مـن الامور .

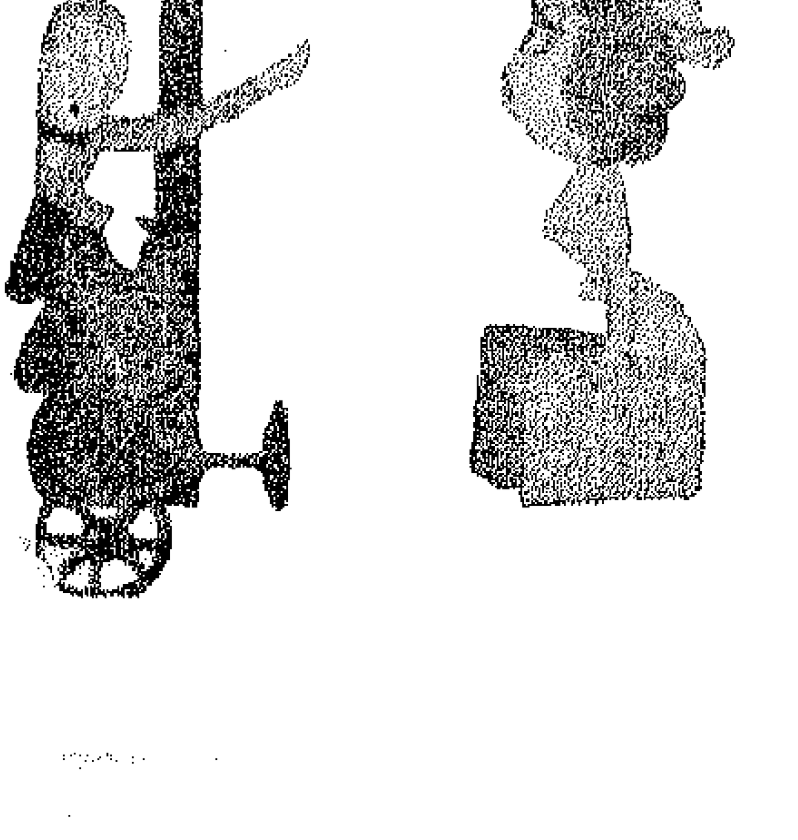
انك تحزمين حقائبـك بسرعة : هذا دليـل على نشاطك وحبك للنظام . أو دليـل على تهـاونك وتكاسلك .

انك تحزمين حقائبك ببطء : هذا دليل على المثابرة أو دليل على التهاون والكسل .

تكتبين قائمة قبل سفرك بشهر : انت صاحبـة رأى وتدبير .

تكتبين قائمة قبل سفرك بيوم : انت مهملة ولكنك تحاولين معالجة هذا الاهمال بما لك من قـوة ارادة وحسن تفكير

انك لا تكتبين قائمة على الاطلاق : فان كنت لا تنسين شيئا كان كسلك على حق فى ايمانه بسرعة تفكيرك وبقوة ذاكرتك .



عند وصولك الى المحطة :

انك تصلين الى المحطـة قبل وقوف القطار على الرصيف : انت حريصة الى أبعد حدود الحرص .

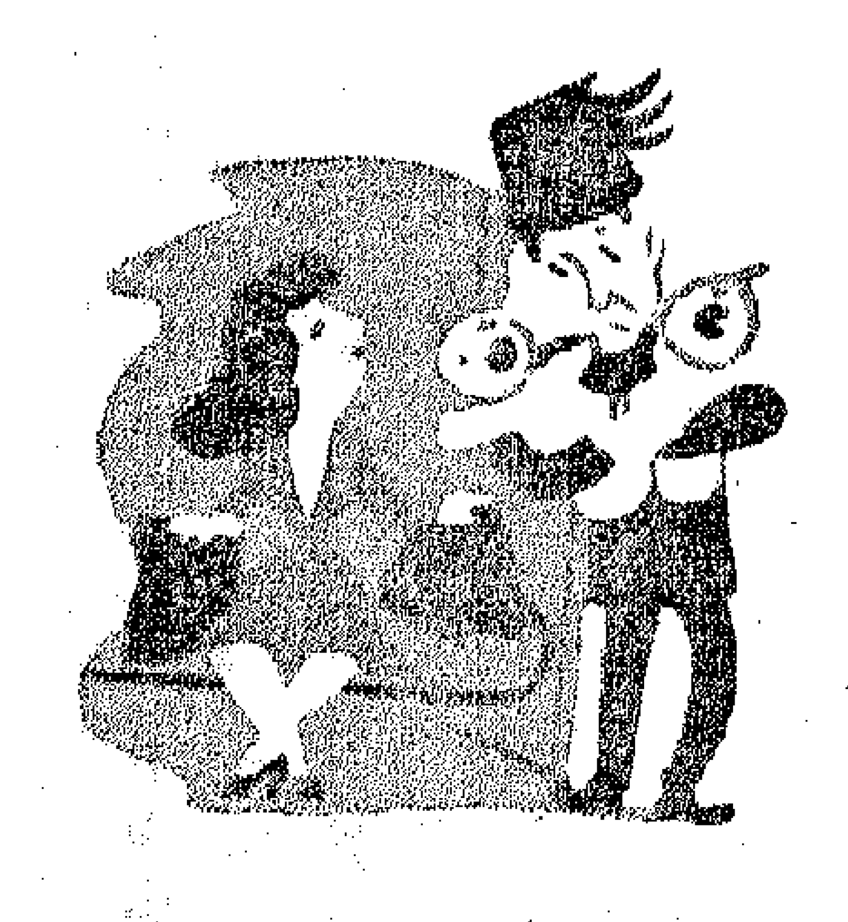
انك تصلين عند قيام القطار : عدم استقرار على رأى ، عدم دقة ، ضعف ارادة .

انك تنادين على أحد الشـيالين لانك تحملين عدة حقائب : حكمة وادراك حقيقى لضرورة هذا الاجراء مع ما يتكلفه من نفقات .

أما أن كنت تحملين وزنا معقولا من الحقائب وطلبت شيالا فانت بلا شك ذات صحة ضعيفة . أو من من اللواتى يملن الى بذل أقل مجهود ممكن .

وان طلبت شيالا لحقيبة صـغيرة فسوف يرمونك بالكسل أو حب الظهور والاسراف

واذا ما وصلت الى صالون القطار قمت ببعثرة حوائجك هنا وهناك وصممت على فتح أو قفل النافذة وتكلمت بصوت عال بينما المسافرون يغطون فى نومهم : انت أنانية ولم يقم والداك بتربيتك كما يجب .



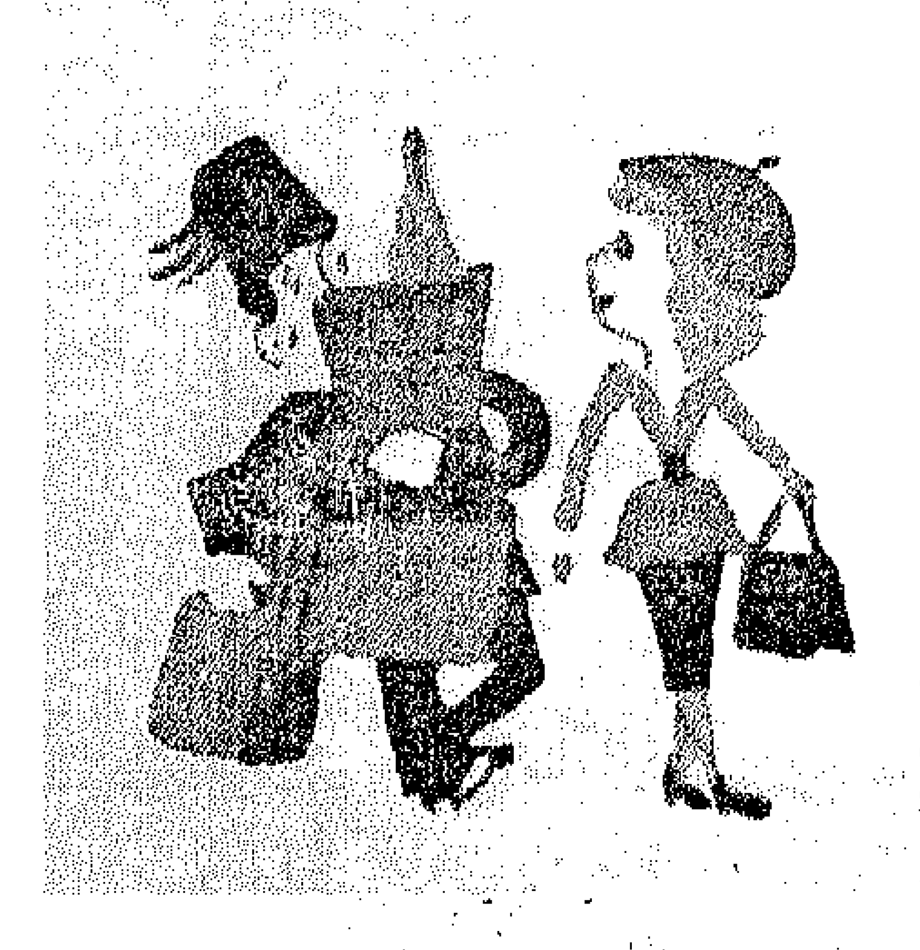
فى القطار

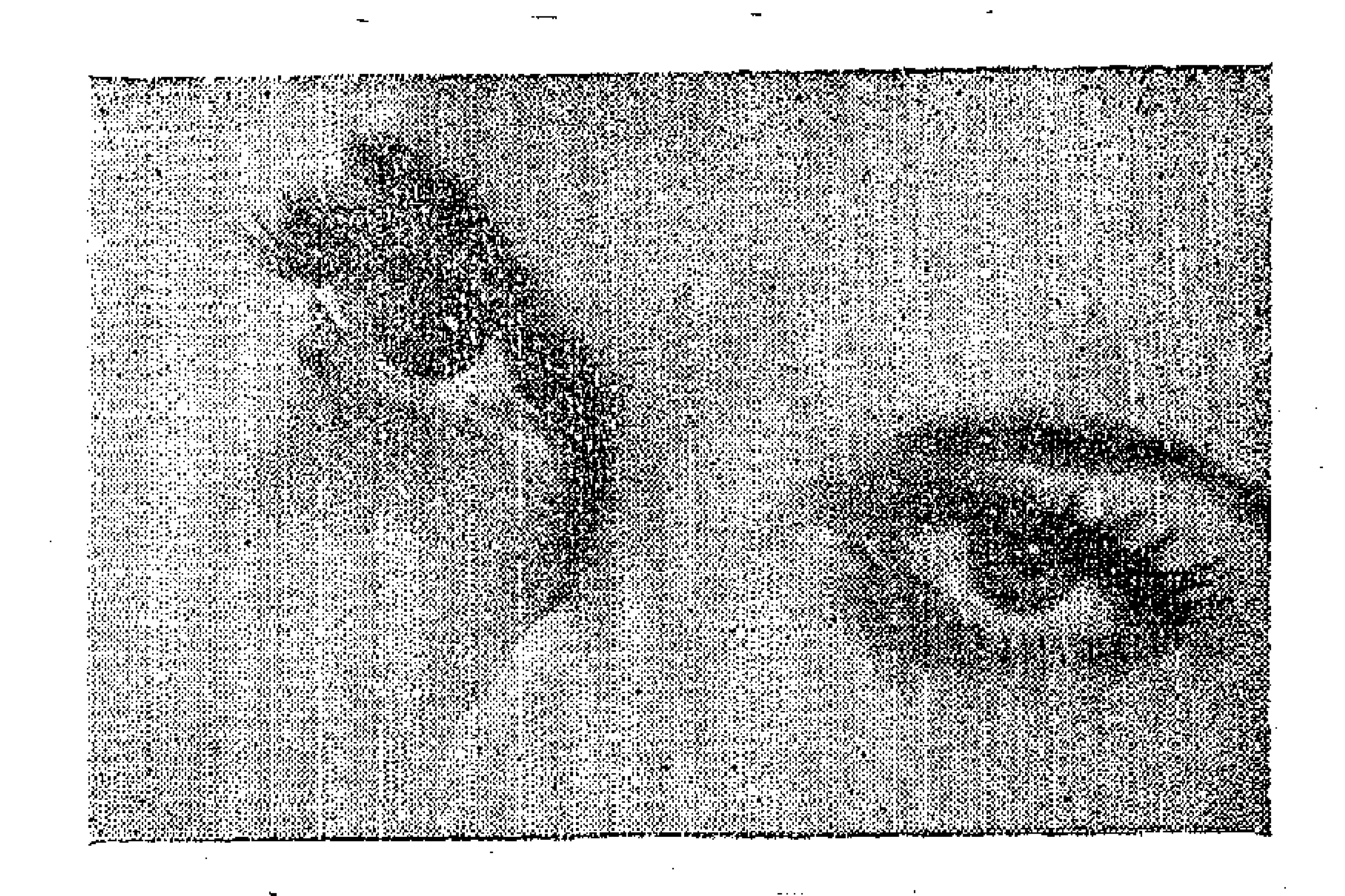
ان تنازل أحد المسافرين عن مقعده لك وحاولت بين الحين والآخر أن تعرضى عليه الجلوس كى يستريح قليلا دل على عرفانك للجميل وعلى حسن تربيتك .

أما ان جلست فى مقعده وتركته واقفا طول المسافة ، دل ذلك على غلظة وسوء تربية . وان ذهبت فى ساعة الغداء الى عربة الاكل وكنت ذات دخل يسمح لك بذلك فان هذا التصرف لا غبار عليه . أما ان كان دخلك قليلا فانت تميلين الى كل ما يسهل أمورك بصرف النظر عما تتكبدى من مصاريف . وان احضرت غداء بسيطا فأنت معتادة السفر ، معتدلة فى كل تصرفاتك ، حسنة التربية . وان كان الطعام الذى احضرته ذا رائحة قوية فانك بلا شك لم تفكرى فى غيرك . وان دعوت من معك فى الصالون الى مشاركتك الطعام فانت كريمة ولكنك تزيلين الكلفة التى بينـك وبين الغرباء عنك بسرعة متناهية . وهذا عيب لا نريده لك .

النزول من القطار :

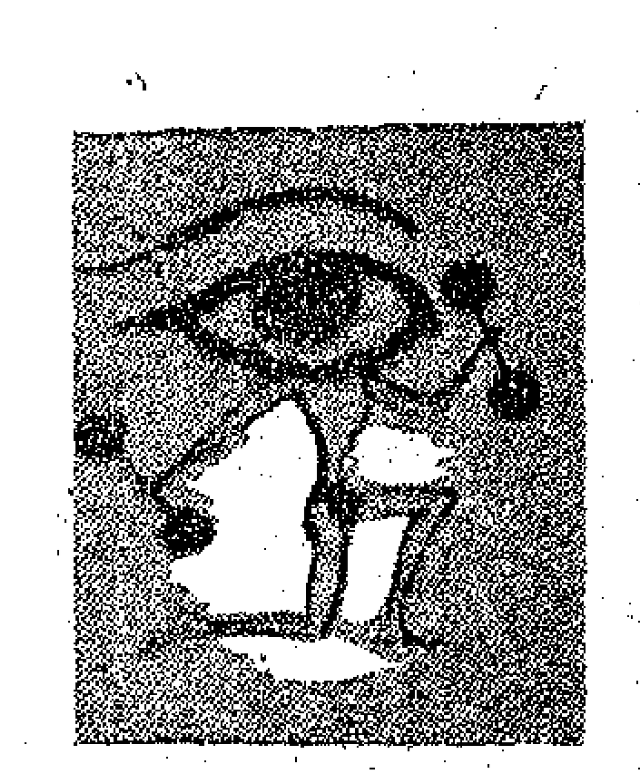
تقفين فى ممر عربة القطار قبل وقوفه بزمن : انه دليل على بعد نظرك وخوفك انك تدفعين من أمامك وتعطين حقيبتـك للشخص الذى جـاء ليستقبلك : انت أنانية وناقصة التربية . وان قلت له ردا على سؤاله ان سفرك كان مريحا لولا بعض الحر فأنت متزنة ودودة . أما ان أجبت بأن الحر كان فظيعا وان المسـافرين قـوم لا يطاقون . فأنت كثيرة الشكوى ، متشائمة . وان أجبت بأنك مسرورة لرؤياه فأنت ذات طبـع هادىء وفى استطاعتك خلق صداقات جديدة .



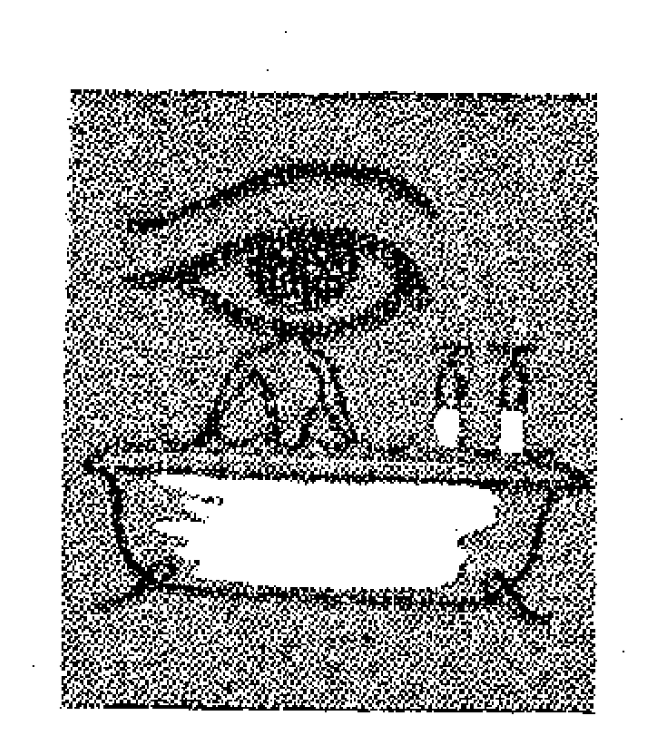


وقاية العينين في الصيف

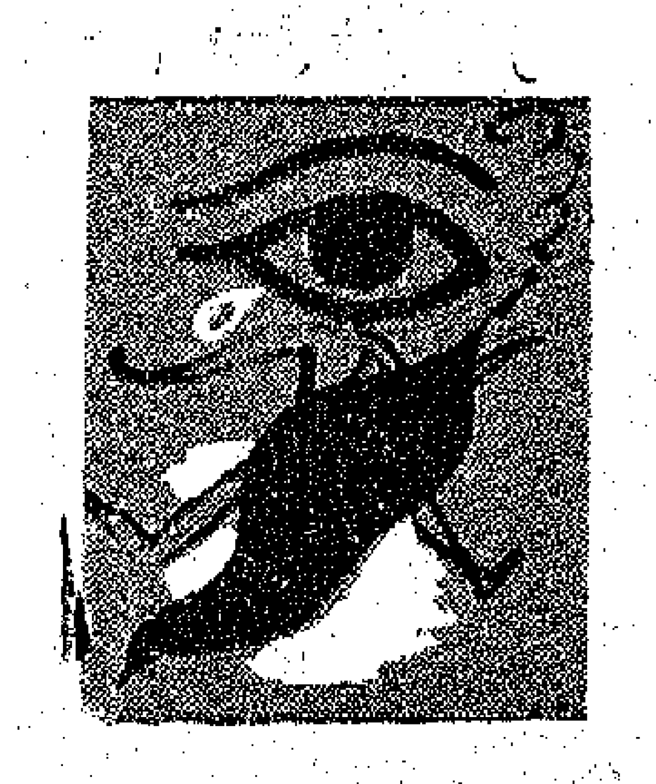
يجب عليك ...



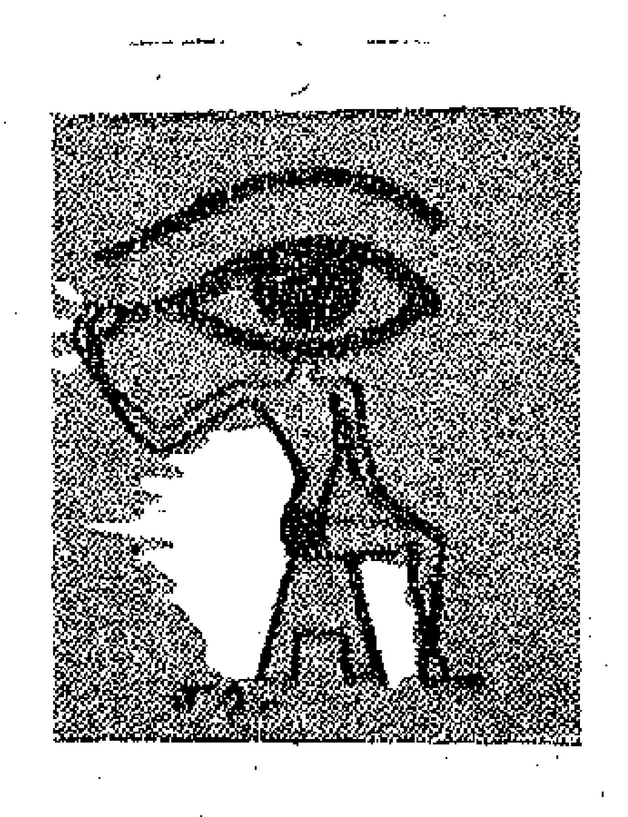
... أولا أن تتفادى ارهاق عينيك بالقراءات أو بالاعمال الدقيقة التى تحتاج الى ضوء قوى وان لم يمكنك اتباع هذه النصيحة فاننا نطلب منك أن تريحى عينيك باغماضهما من حين لآخر لمدة بضع دقائق . وان رغبت فى ازالة تعب مؤقت ضعى على عينيك كمادات ماء بوريك دافىء .. والعين كأى عضو من أعضاء الجسم فى حاجة الى تمرينات رياضية . واليك هذا التمرين : رأسك مستقيم . أنظرى الى السقف دون تحريك الرأس . أنظرى الى الارض ثم الى اليمين ثم الى اليسار . قومى بهذا التمرين لبضع دقائق كل مساء بعد ازالة الماكياج .



... تفادى وجود هالة سوداء تحت العينين . وعلى الرغم من اعتقاد البعض أن هذه الهالة تزيد الوجه سحرا ، فاننا نرى أنها تجعله يبدو أكبر سنا .. اعملى اذن على ازالتها « ان لم تكن نتيجة لمرض عضوى » بوضع كريم فيه فيتامينات يمكنك الحصول عليه لدى معاهد التجميل . وان كنت تشعرين بحرقان فى العينين وان امتد هذا الحرقان الى الجفنين ، لا بد لك من وضع كمادات محلول الشاى الساخن مساء قبل الذهاب الى الفراش فان مفعولها مضمون . وهناك وصفة بلدى تقضى على هالة العين طبعة من البطاطس غير المطهية .



... ان كان جفناك وارمتين استشيرى طبيبا ذلك أن هذا الداء يكون فى أكثر الاحيان نتيجة لاضطراب الغدد أو الكليتين . والى حين زيارة الطبيب قومى عدة مرات فى اليوم بعمل حمامات للعينين بالمحلول الآتى : اغلى لمدة دقيقتين سبعة رؤوس بابونج وحفنة من الشاى فى شىء من ماء الورد وبعد تصفيته تحصلين على سائل أسمر غامق . أضيفى الى هذا السائل ماء مقطرا الى أن يصبح لونه أصفر . لا تنسى رج الزجاجة قبل الاستعمال . ان هذا العلاج قد يوفر عليك استشارة الطبيب . ولكن اياك واهمال زيارة الاخصائى أن لم تزل هذه الحالة .



... وان ظهرت التجاعيد تحت عينيك على الرغم من الاحتياطات التى اتخذتها . قومى بقرص البشرة قرصات خفيفة وذلك بتناول الجلد بالابهام والسبابة ثم قومى بعمل تدليك خفيف بكريم خاص مع الحرص على الاتجاه من الانف الى السالف للحاجب الاعلى ومن السالف الى الانف للحاجب الاسفل . وهذا محلول نافع جدا لازالة التجاعيد يمكنك استعماله ثلاث مرات فى الاسبوع بطريق الرش : ٢٥ جم صبغة لبان جاوى ، ٢٥ جم خل ساليسيل ، ٢٥ جم ماء ورد ، ضعى هذا المحلول بالبخاخة ورشى بها الاجزاء التى بها تجاعيد .

يقولون ان المرأة ذات العينين الجميلتين لا يمكن أن تكون قبيحة الشكل ، لذا كان من الواجب عليك أن تبذلى العناية الكاملة لعينيك فى كل حين وخاصة فى الفصل الذى تشتد فيه وطأة الشمس · والواقع أن الضوء القوى سواء كان فى المدينة أو الجبل أو البحر يجعل العينين تعبسان فينشأ عن هذه الحركة بعض التجاعيد الصغيرة التى يصعب ازالتها والادهى من ذلك أنها تجعل شعيرات العين الدموية عرضة للانفجـــار ·

امتنعـــى

··· عن المبالغة فى وضع الاصباغ على عينيك · هـــل تريدين أن تبدى أكبر من سنك ؟ اذن ضعى على حاجبيك وأهدابك أكبر كمية من الكحل !

استعملى الكوسمتيك الذى يتناسب ولون شـــعرك · لا تضعى الالوان على جفنيك الا بعد تفكير طويل وان كنت خارجة فى المساء ·

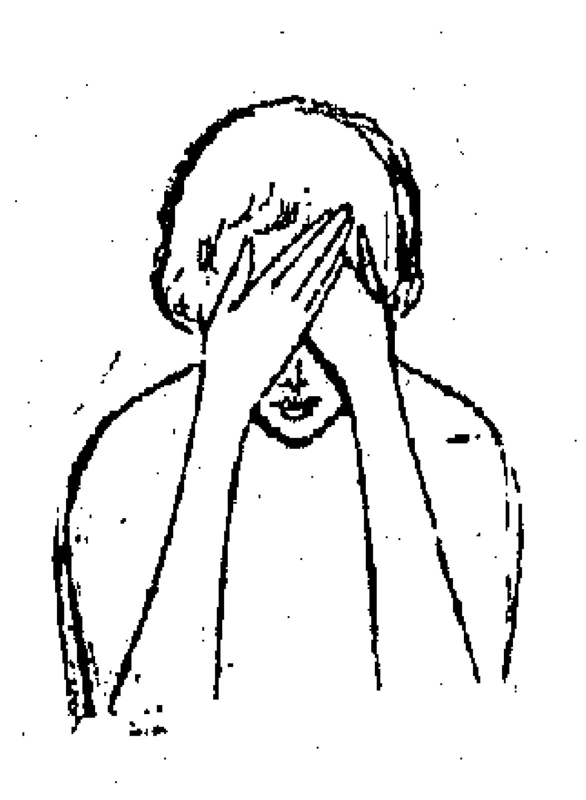
أما للنهار فقد اصطلحت النساء على تلميع الاهـــداب والحاجبين بسائل زيتى « كزيت الخروع مثلا » ·

جـــربى

··· محاولة عدم دعك عينيك فى الصـــباح وأنت تستيقظين من نومك · ان هذا الدعك يعكرهما ويعمل على ارتخاء الانسجة ·

لا تبكى لاتفه الاسباب ! فقـــد ثبت أن الدموع تتلف الجفنين ·

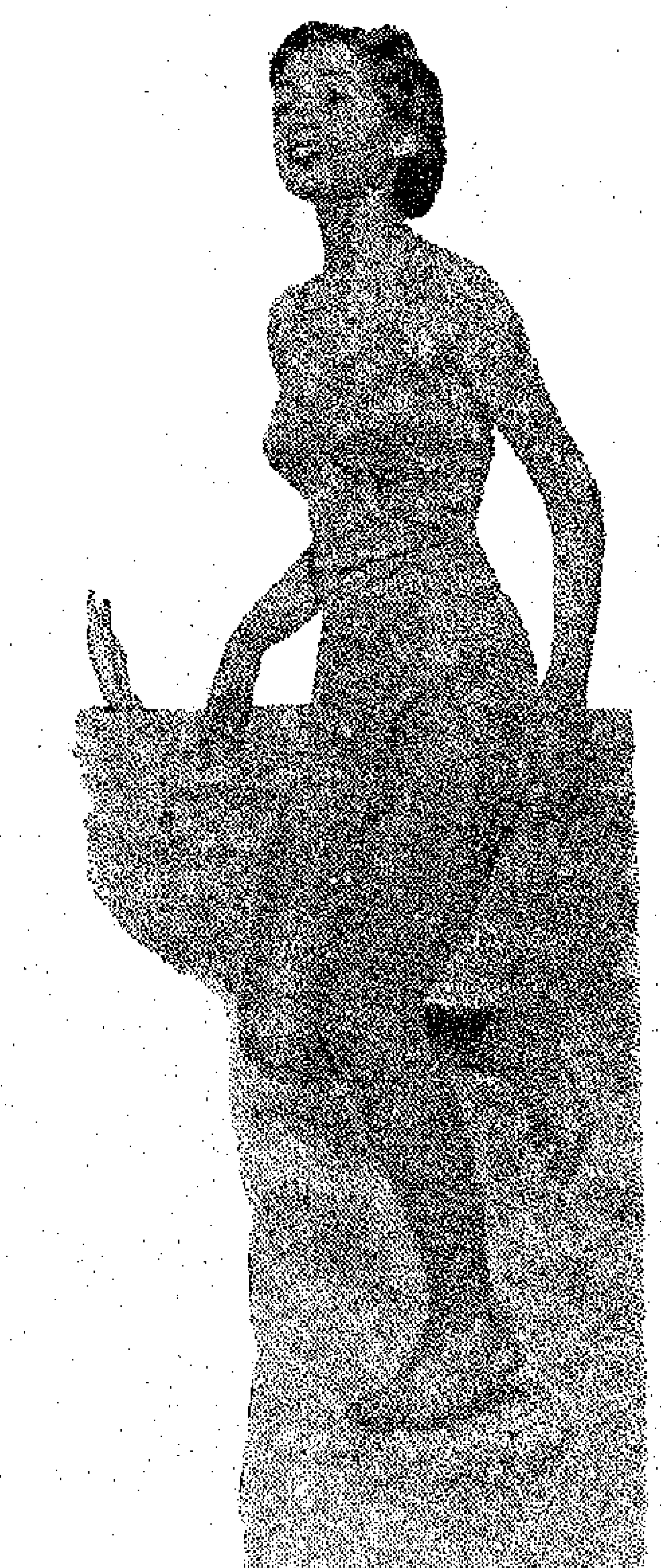
لا تكثرى من السهر ولا تطيليه · فان النوم العميق يزيد العينين جمالا وحيوية ·



الشمس كوكب الجمال

الشمس مصدر الحرارة والنور وباعثة الحياة فى الكائنات على اختلاف أنواعها وقد سجد لها وعبدها معظم الشعوب البدائية لما تجلبه من نفع عميم .

وان نحن القينا نظرة اليوم على شواطىء العالم وجدنا الناس جميعا مستلقين على الرمال وكانهم يستأنفون العبادة التى انشأها اباؤهم الاولون . ولكن يلاحظ احيانا ان هذه العبادة تذهب الى حد المبالغة فتنتج عنها حروق تظل اثارها ظاهرة فترة طويلة من الزمن تصل الى سنين .



ومعظم النساء والرجال يعتقدون أن العطلة الصيفية تكون ناقصة ان لم يعودوا وقد اسمرت بشرتهم وبدوا كأنهم تماثيل من البرونز !

وان كان للشمس أثرها الطيب على بعض الامراض التى تصيب البشرة كحب الشباب فانه يجب علينا أن نحذر اضرارها ونعمل على تلافيها . فان « ضربة الشمس » كثيرة الحدوث ، خاصة ان عرض الانسان نفسه لها لمدة طويلة وفى الوقت الذى تشتد حرارتها ينبغى اذن أن نكون حريصين والا نتعرض لها الا بالتدريج مع العمل دائما على حماية البشرة بمستحضر يقى من حرارة الشمس واشعتها المباشرة . ويلزم هنا ان نلفت النظر الى أنه توجد أجسام لا تستطيع تحمل الشمس واقل اشعة تضرها فينتج عنها الاورتيكاريا او الاكزيما الشمسية وغيرهما من الامراض الجلدية الاكثر خطرا .

وأشد مضار الحمام الشمسى الذى لم يؤخذ على اصوله هو جفاف البشرة بسبب تبخر الماء منها نتيجة تعرضها لاشعة الشمس المباشرة . ويظهر أثر هذا الجفاف واضحا فى اجزاء الجسم المعرضة للشمس أكثر من غيرها كالوجه والعنق ويقول احد الاخصائيين فى الامراض الجلدية ان البشرة المعرضة لاشعة الشمس الدائمة والهواء الحار تجف بسرعة ويظهر عليها طبقة من القشور وتبدأ التجاعيد فى الظهور . ويبدو الوجه والعنق ، بعد ان تحول لونهما الى السمرة وكأن صاحبتهما قد تجاوزت سن الشباب . وتزيد هذه الحالة وضوحا حين تزول السمرة ويعود الى البشرة لونها الطبيعى الاصيل . لذا كان من الضرورى حماية البشرة من العوامل التى تسبب جفافها .

وانه من الخطأ الاعتقاد ان الكمادات المغموسة بسائل من السوائل تكفى لتعويض البشرة ما ينقصها من ماء . ذلك ان سطح الجلد فقط هو الذى يصل اليه الماء وما ان يتعرض للشمس والهواء حتى يفقد هذه الرطوبة المؤقتة . ولادخال الماء فى البشرة لابد من استخدام مواد أخرى كالجليسرين والكولسترين . وهناك كريم يحل محل هاتين المادتين ويعرف باسم « كريم هيدراتانت » وهو عبارة عن مزيج من الزيت والماء بنسبة ١ الى ٤ . ان هذا الكريم يتخلل البشرة بسهولة كبيرة بدرجة انه لا يترك أى اثر عليها بعد وضعه عليها بواسطة التدليك . ويعرف هذا الكريم بالحساسية الباردة التى يتركها فى البشرة وهى حساسية تختلف عن تلك التى تتسبب عن الكريم الدسم المغذى . واخيرا فان « الكريم الهيدراتانت » يحوى كميات وفيرة من البروتين والشحم الطبيعى والهورمونات والفيتامينات الخ .. التى تجعل منه المستحضر المثالى لحفظ البشرة طوال فصل الصيف فى حالة من الطراوة والنعومة المرغوبة . ويستعمل هذا الكريم مساء وصباحا وعند العودة من البحر . وقبل أن ترتدى ثوبك استخدمى اللحظات التى تستغرقينها فى عملية الغيار ، بأن تضعى على وجهك كله وعنقك طبقة من الكريم هيدراتانت تكونين قد جعلته يتخلل المسام بواسطة التدليك .

والان وقد حافظت على مادية البشرة يجب عليك أيضا ان تحميها من لسعات الشمس مع السماح لها بأن تسمر . ولهذا الغرض ليس هناك افضل من استعمال الزيت أو الكريم الواقى من الشمس الذى يرشح بطريقة علمية أشعات الشمس المختلفة . فيحجز الضار بالبشرة .

مضار الشمس :

ان حمامات الشمس تضر ضررا بالغا بالذين يعانون مرضا صدريا أو يشكون من الكليتين أو القلب .

وينبغى كذلك على العصبيين المعرضين للارق ان يأخذوا حمامات الشمس بحذر شديد وعلى المرضى بالكبد والذين يشكون الصداع الا يعرضوا أنفسهم للشمس خاصة بعد تناول الطعام .

كما يجب أيضا الامتناع عن تعريض الرأس للشمس مدة طويلة خاصة ان كان سائر الجسم فى الظل ، وعن النوم فى الشمس بعد تناول الطعام المباشر .



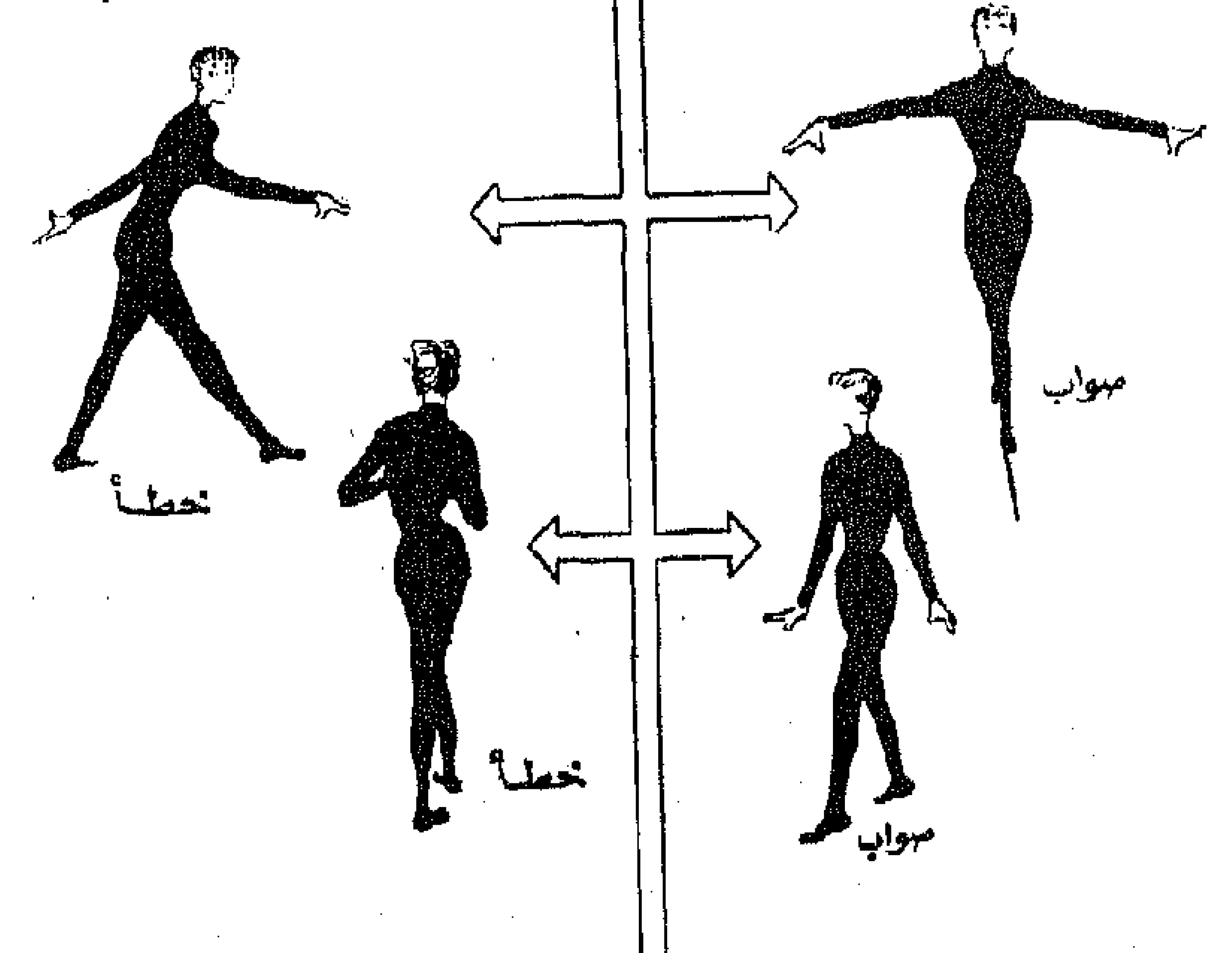
يمكنك أن تمتعي جسمك بأشعة الشمس دون أن ينالك أى أذى . اقرئي نصائحنا جيدا واعملي بها تماما. وقد ارتدت هذه الغادة الحسناء بلوزة من الجرسيه الخفيف الاصفر وبنطلونا كحليا لتجلس بهما على البلاج وتستمتع بنسيم البحر العليل

الا أن هذا لا يعنى ان حمامات الشمس كلها مضار فانك لو تدرجت فى تعريض نفسك لاشعة هذا الكوكب بأن تبدئى بخمس دقائق ثم بعشر وهكذا بحيث تستطيعين أن تمكثى مدة طويلة بعد مضى عشرة أيام اكتسبت صحة ونشاطا . ولا يؤخذ حمام الشمس الا ان كان الجسم ممددا وان كنت فرغت من تناول طعامك قبل ذلك بساعتين على الاقل

والافضل أن تقومى قبل هذا الحمام بعمل بعض التمرينات الرياضية لتدفئة الجسم خاصة ان كنت خارجة من الماء . لا تتناولى أى طعام نصف ساعة على الاقل بعد الحمام الشمسى . ويستحسن الامتناع عنه أيضا فى بعض ايام الشهر ، كذلك حين تزيد درجة الحرارة عن ٣٨ مئوية . ويجب ألا تزيد مدة الحمام على الساعة فى اليوم والا جاء بعكس النتيجة المطلوبة منه .



الجاذبية في ٤ نقط



١ ـ امشي باتزان

احذرى

ا ـ أن تقلدى مشـــية أى انسان ٠

ب ـ أن تمشي وكتفيك الى الامام ٠

جـ ـ أن تضغطى على الكعب قبل ان تضغطى على الاصابع ٠

د ـ أن تثنى ركبتيك اكثر من اللازم ٠

هـ ـ أن تبعدى قدميك عن بعضهما ٠

و ـ أن تكون خطواتك صغيرة جدا أو كبيرة جدا ٠

ز ـ أن تهزى ردفيك ٠

يجب

ا ـ أن تتمرنى يوميا لمدة عشر دقائق على المشي على خط مستقيم مقلدة اللواتى يرقصن على الحبـــل ويحافظن عـلى اتزانهن بواسطة أذرعتهن ٠

ب ـ أن تضعى كل قــــدم أمام الاخرى تماما وان تدورى الى خلف مرتكزةعلىطرفى قدميك مع ادارة كل الجسم ثانيـــة واحدة قبل ادارة القدمين ٠

جـ ـ بعـــد ثلاث دقائق من هذا التمرين ، امشى بحرية بين خطين متوازيين بعيـــدين عن بعضهما بمقدار ٥ سم مـــع جعل القدمين مستقيمتين امامك ووضع كتاب على رأسك ٠

د ـ لكى لا تهزى ردفيك ، يجب أن تتعلمى كيـــف تنقلين ثقلك من القدم الخلفيـــة الى القدم الامامية مع ثنى الركبـــة ودون الارتكاز على مفصـــل الردف

هـ ـ تعلمى المحافظة عــلى الصدر مشدودا والعنق مرفوعا الصدر على قفصه كما لـــو كانت الساقان معلقتين فيـه ٠

و ـ اعتنى بارجحة الذراعين الذراع اليمنى تتقدم مع القدم اليسرى واليسرى مع القـــدم اليمنى ٠

٢ ـ تعلمى نزول السلم

كانت الممثلة الفرنسية المعروفة سيسيل سوريل حينما تصـــل الى اسفل سلم كازينو دى بارى تسائل من شاهـدها : هــــل أحسنت نزوله ؟!

وان سرت على النصائح التى نقدمها لك على هاتين الصفحتين كان فى استطاعتك نزول السلم وصعوده بطريقة غاية فى الرشاقة ٠

احــذرى

ا ـ أن ترفعى نفسك رفعــا على الدرابزين

ب ـ أن تنحنى وتســحبى نفسك سحبا على الدرج ٠

ا ـ أن تنحنى قليلا الىالامام وحمل الثقل اعلى من الردفين

ب ـ أن تضعى بقوة احدى القدمين ٠ وأن تندفعى الى أعلى بالقـــدم الاخرى مع رفع الركبتين الى المستوى الـــذى يسمح بالصعود دون بذل أى مجهود عضلى ٠٠

وللنزول :

احذرى

ا ـ ان تمشي وركبتاك بعيدتان عن بعضهما

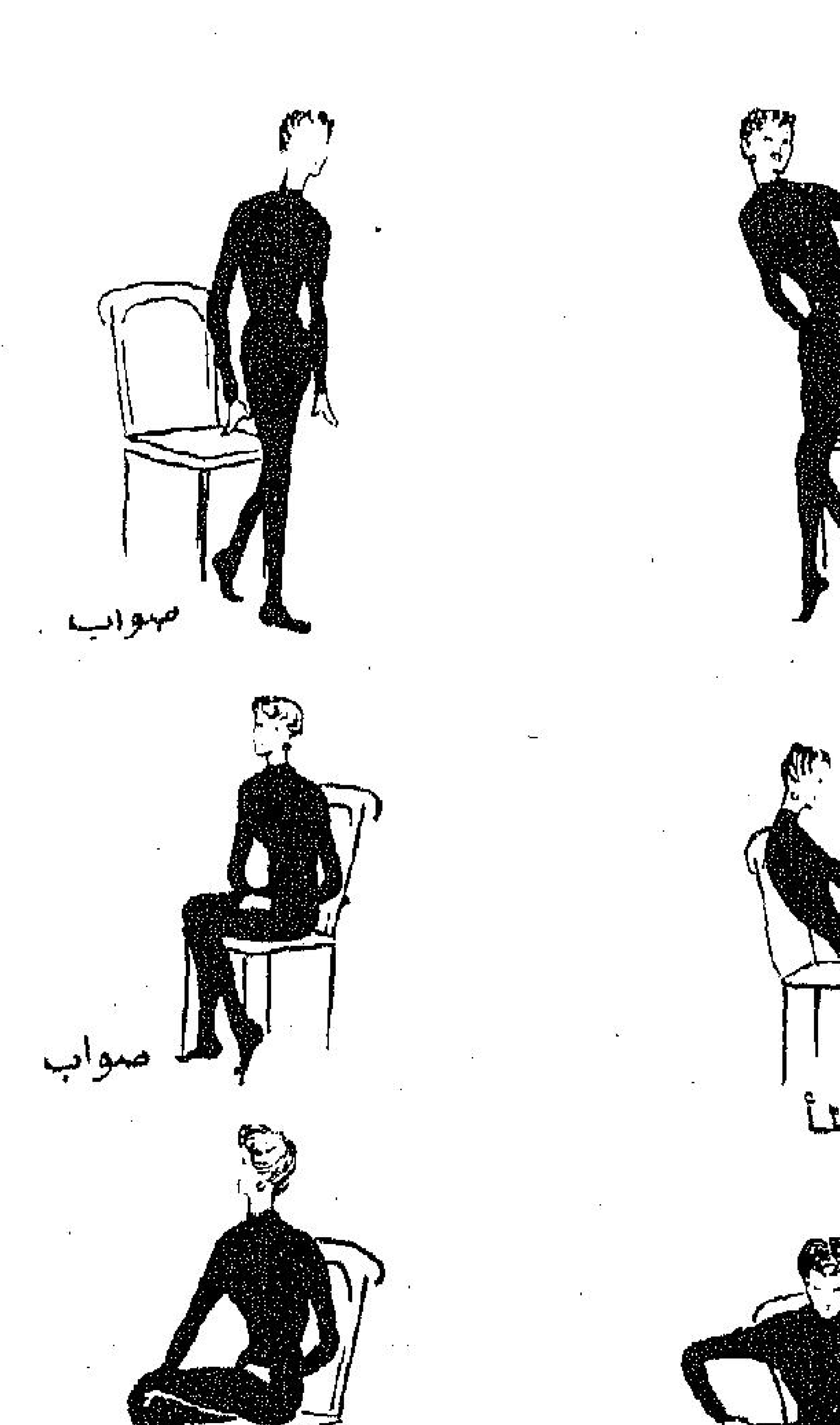
ب ـ أن تضربى الكعبين

جـ ـ أن تحنى الجذع الى الامام٠

يجب

ا ـ ان تدورى قليلا جدا الى جانب لكى ترى الدرج دون أن


لم أدفع سوى ٣ جنيهات "قيمة القسط الأول"
ثم حصلت
على
ماكينة الخياطه
المشهورة


صواب
خطأ
صواب
خطأ

باترون بنت النيل

بلوزة وجونيلة للصيف



الامتار : للشيميزيه ١٫٦٠ عرض ٩٠ سم ، الجونيلة ٢٫٧٥ عرض ٩٠ سم ٠

يتألف باترون الشيميزيه من ٥ أجزاء :

١ ـ الجزء الاول الامام ، ضعى المنتصف الامامى عكس اتجاه القماش كما هو واضح على الباترون

٢ ـ الجزء الثانى الامام ، ضعى اتجاه القماش كما هو مبين على الباترون ٠

٣ ـ الظهر ٠ ضعى منتصفه على ثنية القماش كما هو مبين فى الرسم ٠

٤ ـ الياقة ٠ ضعيها مرتين كما هو مبين فى الرسم ٠

٥ ـ الكم ٠ ضعى اتجاه القماش كما هو مبين ٠

٦ ـ الجونيلة ٠ الجزء الامامى ٠ ضعى اتجاه القماش فى منتصف الامام كما هو ظاهر على الباترون ٠

٧ ـ الجونيلة الجزء الخلفى ٠ ضعى منتصف الظهر على ثنية القماش كما هو مبين ٠

٨ ـ الجيب ٠ ضعى اتجاه القماش كما هو مبين ٠

٩ ـ قلابة الجيب ٠ ضعى اتجاه القماش كما هو مبين ٠

القص : أنظرى الى الرسم المنشور أمامك على هذه الصفحة وضعى قطع الباترون على القماش كما هو مبين ثم قصى جميع قطع الباترون على القماش المثنى فى اتجاه العرض فيما يختص بالشيميزيه ٠ وسوف تلاحظين أن القطعة الاولى مأخوذة ضد اتجاه القماش لتحصلى على تقليمات الموديل ولما كان القماش ليس عريضا بما فيه الكفاية للحصول على هذه القطعة مرة واحدة ولكى تتفادى شراء أمتار أكثر يمكن اضافة قطعة من القماش الى أسفل على أن تكون النقطة على النقطة والخط على الخط ان كان القماش

باترون بنت النيل

ان طراز الشيميزيه دارج هذا الموسم ٠ ويتكون هذا الطقم من جونيلة سهلة اللبس بفضل اتساعها ، وهى من التيل ٠ أما الشيميزيه فهى من البوبلين المقلم ، ويلاحظ ان الشيميزيه له قصة جديدة ، فله كمان قصيران وصف من الازرار وياقة صغيرة مفتوحة وعلى الجونيلة جيب كبير واحد

الموديل رقم ١ :
محلى بقلابة مدببة ٠

طقم مكون من بلوزة من الدوبيون وجونيلة بمربعات كبيرة سوداء وبيضاء ٠ جيب كبير بقلابة مركبة ٠

الموديل رقم ٢ :
بلوزة من القماش المقلم ، بائدة الازرار والياقة من القماش السادة ٠ الجونيلة من التيل الابيض أو أى لون فاتح ٠

الموديل رقم ٣ :
شيميزيه بيضاء وجونيلة من الساتان القطنى بأزهار كبيرة ٠ الشيميزيه محلى بنفس قماش الجونيلة ٠

كوبون باترون بنت النيل

هل تريدين الحصول على باترون هذا الطقم الداخلى ؟

تقدمى بهذا الكوبون الى ادارة مجلة بنت النيل ٤٨ شارع قصر النيل بالقاهرة فى موعد يبدأ فى ٦ يوليه سنة ١٩٥٤ ولا يتجاوز ٢٥ منه ٠

ملحوظة : وان كانت القارئة خارج القاهرة أو جمهورية مصر فعليها أن ترسل هذا الكوبون على العنوان المذكور مصحوبا باذن بريد فئة الخمسة قروش لتغطية مصاريف البريد ٠٠ مع ذكر الاسم والعنوان بالكامل ٠

مطبوعا • وهذه القطعة موجودة في رسم الباترون، وهذه الخياطة لن تظهر لان موقعها عند الخصر • وان لم يكن القماش مقلما فانه من الممكن بنفس عدد الامتار أخذ القطعة الاولى مرة واحدة في اتجاه القماش •

ولهذا الغرض ضمى باترونات القطعتين الاولى والثانية قبل أن تقص • أما للجونيلة فاثنى القماش اثنين في اتجاه العرض ، قصى القطعة ٧ ثم افتحي باقى القماش واثنيه اثنين في الاتجاه الاخر وقصى القطعتين ٦ ، ٨ « على القماش السادة» و ٩ « على القماش السادة أيضا » • أما الحزام فيؤخذ من بقية القماش ويظهر على الرسم • وعند القص اعملى حساب الخياطة والاورليه التي لم نعمل حسابها في مقاييس الباترون •

تحضير الشغل :

عندما تكون جميع أجزاء الباترون مدبسة على القماش علمي حول القطع بخيط لونه يخالف لون القماش • لا تشدى على الخيط بل اتركيه رخوا لتتركي بوكلة عند كل غرزة على نفس الطريقة النصف الامامي والنصف الخلفي والبانسات وخط ثنية بارمانتور الشيميزيه والجونيلة ونقط الاتصال • وبعد أن تنتهى من هذه المهمة ، ابعدى سمكى القماش عن بعضهما وقصى بوكلات الخيط من المنتصف • وهكذا تكون الاجزاء معلمة بطريقة هندسية •

التركيب :

الشيميزيه : ابدئى بتركيب القطعة رقم ١ والقطعة المكملة لها عند الخصر « أنظرى الرسم » مع العناية بوصل الخطوط ان كان القماش مقلما • افتحى الخياطة بالمكواة ثم ركبى القطعة رقم ١ بالقطعة رقم ٢ على أن تنطبق نقط الوصل على بعضها • افتحي الخياطة بالمكواة • اثنى المنتصفات الامامية ، العدل على العدل وعلى خط الثنية المبين واعملى لفتحة الرقبة غرزة صغيرة ابتداء من حافة الثنية الى النصف الامامي • اقلبى على ظهر القماش وسرجى من أعلى الى أسفل • اعملى البانسات للجزئين الاماميين والظهر ثم ركبى البلوزة بخياطات الجوانب والاكتاف

باترون الياقة : ركبى بواسطة غرزة في منتصف الظهر القطعتين اللتين تحت الياقة ، ثم ضعى الجزء الاعلى والاسفل من الياقة ، العدل على العدل وخيطى حولها فيما عدا الجزء المثبت عند فتحة الرقبة • اقلبى على الوجه واكوى • ضعى بعد ذلك الياقة على فتحة الرقبة والجزء الاسفل من الياقة على ظهر فتحة الرقبة خيطى ثم خيطى الجزء الاسفل من الياقة على وجه فتحة الرقبة بغرز صغيرة جانبية، أطراف الياقة يجب أن تأتى تماما على النصف الامامي •

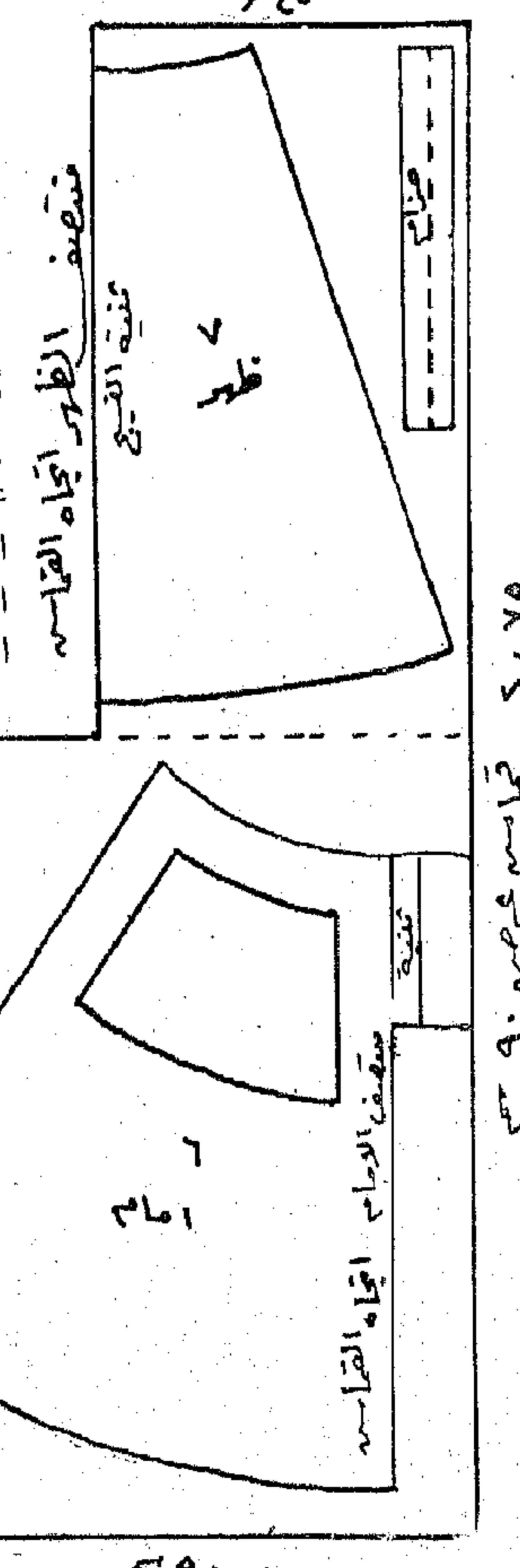
الكم : اقفلى الكم بغرزة واكملى الجزء الاسفل بأورليه مخيط باليد دون ثقب ، ضعى بعد ذلك الكم في فتحته والجهة الاكثر تقويرا الى الامام مع ملاحظة نقط الالتقاء •

النهاية : اعملى العراوى الى جهة اليمين وركبى الازرار قبالتها ، اكملى أسفل الشيميزيه ببيكة صغير لتتفادى سمك الاورليه • اكوى الشيميزيه •

تركيب الجونيلة :

أعدى الجيب : ضعى وجه القلابة على وجه الجيب وخيطى مع ترك الجزء الاسفل مفتوحا لكى تتمكنى من القلب اقلبى على الوجه واعملى ملاءة صغيرة في أسفل القلابة وخيطيها على ظهر الجيب • اعملى ملاءة حول هذه وخيطيها على الجونيلة على بعد مليمترين من الحافة • ركبى بعد ذلك جزأى الجونيلة الاماميين بغرزة ابتداء من البارمانتور الى أسفل وركبى الجزء الامامي والظهر بخياطات الجوانب • اثنى البارمانتور الصغير الوجه على الوجه • اعملى بعض الغرز في أسفل واقلبى البارمانتور على الظهر وسرجيها • ثبتى أسفل البارمانتور ببعض الغرز المعمولة على الظهر • ركبى الجونيلة على حزام : اعملى باندة مستقيمة مثنية وضعيها على أعلى الجونيلة • مررى خيطا مكشكشا في أعلى الجونيلة وثبتيها في الحزام الذى ينتهى بمشبكين •

النهاية : دورى أسفل الجونيلة واكمليها بأورليه • أوصى على حزام جلدى مغطى بنفس القماش • اعملى عروتين في نفس اتجاه الشيميزيه وخيطى زرين في الجهة اليسرى • اكوى الجونيلة •



تفصيلات فنية



الثنيات فى خدمة الاتساع

بعد عدة سنوات من الضيق بدأت الثياب تسير نحو السعة • وساهم القماش نفسه فى هذا الاتجاه فقد أصبح مطاوعا بعد أن كان جافا• ويبدو أن عهد الثنيات قد بعث من جديد وأصبح التيل والالباجاوالحرير الاقمشة التى تصنع منها فساتين الشميميزيه التى تشعر صاحبتها بحرية الحركة • أما فن الثنيات فان جميع الخائطات يعرفنه معرفة تامة • وهناك نوعان من الثنيات : الثنيات الصغيرة المصنوعة باليد التى تعطى بروزا للثوب المصنوع من قماش رقيق كالتيل الخفيف وللينو والاورجاندى وهى تارة أفقية وتارة رأسية • أما النوع الثانى فهى الثنيات البسيطة أو الثنائية • وهى كثيرة الاستعمال فى جونيلات الفساتين والتاييرات •

للاكمام

لوحظ على أكمام هذا الموسم أنها اما طويلة واما قصيرة • والفساتين سواء كانت من الحرير أو من القطن أو من الصوف الخفيف فهى ذات أكمام قصيرة أو بدون أكمام اطلاقا • أما الروب مانتو والروب تايير فان أكمامهما طويلة أو شبه طويلة• وهى أكمام مستقيمة تكشف عن المعصم لتظهر الاساور المختلفة المحلاة بالاشكال المتنوعة • واذا انتقلنا الى التاييرات والمعاطف لاحظنا أن الاكمام طويلة ومستقيمة ومسطحة وتجتازها خياطة على جانبها الاعلى وتركب أسفل • وفى بعض المعاطف الخفيفة تكون الاكمام ذات أشكال مختلفة • ويلاحظ فى معظم الحالات أنها تميل الى السعة عند المرفق ثم تضيق بالتدريج الى أن تصل الى المعصم فتصبح كالسوار تماما •



الكـريم والاصفر الـذى يشـــبه لون الطبـاق



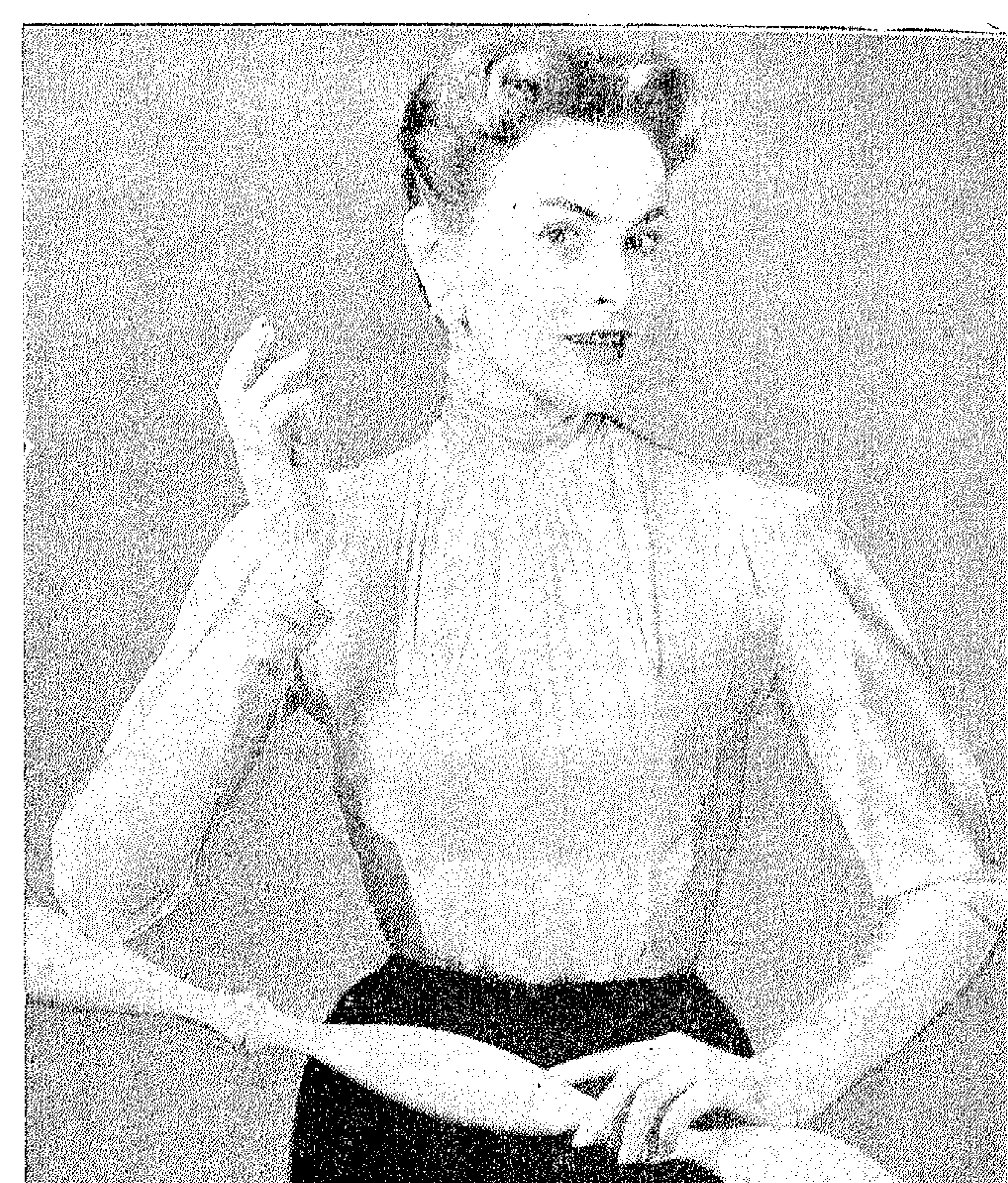


الى اليمين : يقدم هوبير دى جفنشى هذا الثوب المصنوع من الشـــانتونج البيج • وينساب فى الديكولتيه المدبب فولار بنى بحبات بيج • أما الجونيلة فانها تنفرد تحت الامبيسمان الذى صمم على هيئة كورسليه• ويعود جان باتو مرة أخرى ليختار لنا هذا الثوب المصنوع من القماش الخفيف الذى يحاكى لونه لون الطبـــاق • ويلعب الحزام المصنوع من قماش البيكيه دورا هاما اذ يعمل على تضبيق اتساع الثوب عند الخصر • الكورساج مقفول بصف من الازرار مكسوة بنفس القماش • الياقة ضيقة على هيئة ياقة الضباط •

مجموعة من البلوزات

يحلي جاك فاته هذه البلوزة المصنوعة من البوبلين بدانتيلة تشبه عش النحل الاكمام مكشكشة تحت المرفق وتختار ماجي روف الساتان لبلوزتها الياقة مقفولة تماما وتحيط بالعنق • ويفضل جاك هايم قمـــــاش الاورجاندي لبلوزته ذات الياقتين • الازرار من الامام • وان انتقلنا الى موديل الكس دول لاحظنا انه مصنوع من البركال المخطط • اما دنيز وماد فتمتاز بلوزتهما الساتان بالاكمام العريضة •





ماجی روف



جاك هايم



الکیس دول



دنیز وماه

للشابات في موسم الصيف : بساطة واناقة

ان هذا الثوب الجميل صمم خصيصا للشابات ويمتاز كما تشاهدين بفيسونكة بابيون . لكورساج يقفل بصف واحد من الازرار المكسوة بنفس قماش الثوب القطني . ويلاحظ أن الازرار تعدت منطقة الكورساج لتصل الى جزء يسير من الجونيلة . الخصر ضيق حوله حزام مصنوع من القماش الذي يحلى الجونيلة والياقة .



بيير بالمان



كارفن

هذا التايير الايكوسيه الاخضر يمتاز بكميه اللذين يصلان الى تحت المرفق قليلا ، ويلاحظ انهما مشقوقان من الخلف . الجونلة بثنيات عريضة لتسهيل الحركة



جاك جريف

هذا الثوب من قماش البوبى المربع باللونين الازرق والابيض . الياقة تحاكى زى البحارة وتحتها صديرى من البيكيه الابيض . الجونيلة داخلة فى الكورساج

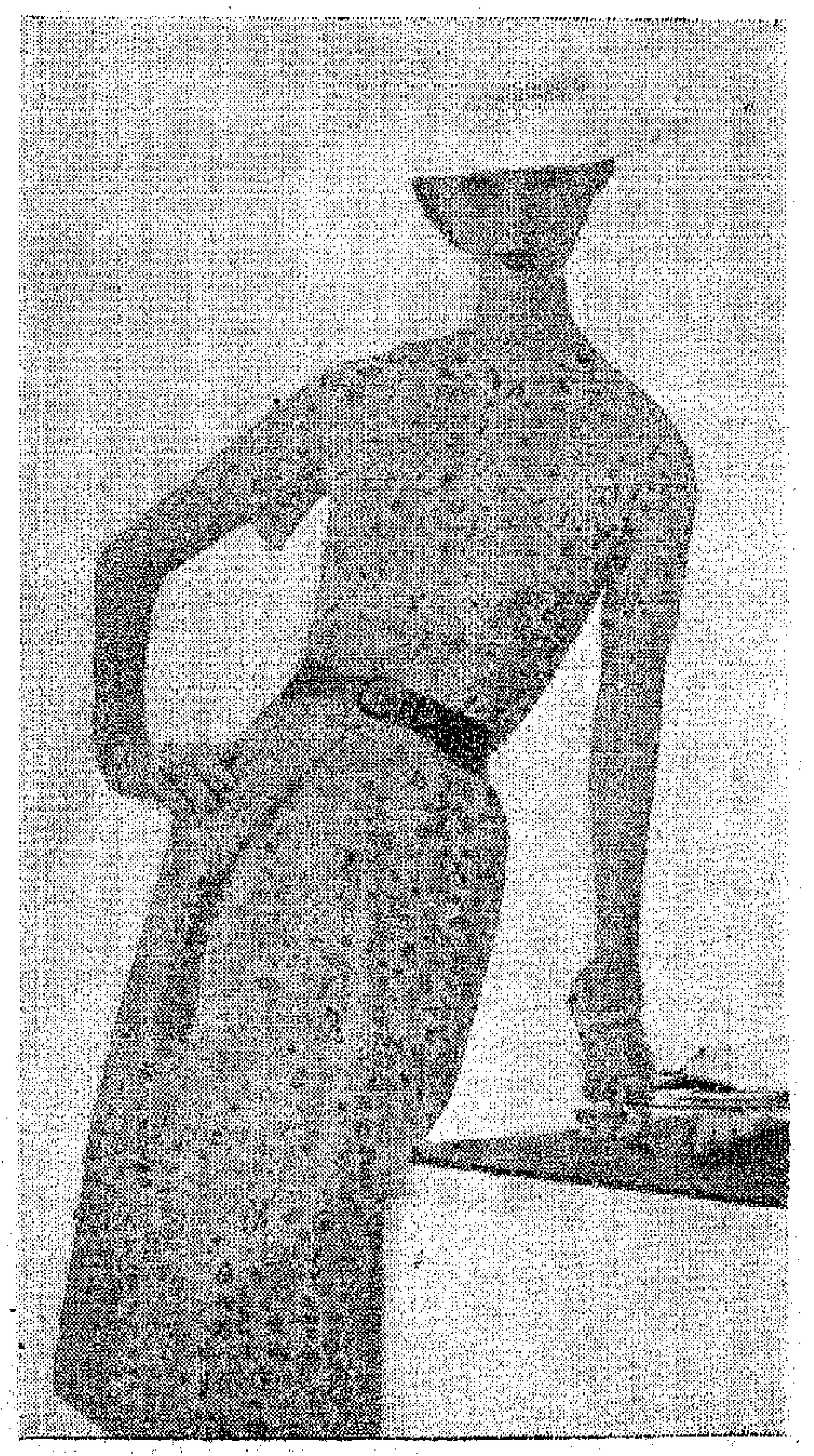
الاقطـــــــــــــان



طقم بسيط وأنيـق . عبـارة
عن ثوب مستقيم مصحوب
بمعطف من نفس القمـــاش
واللون . البطانة من الموسلين
الابيض أو أى لون آخر تراه.
الحزام من الجلد الاســود .
الاكمام قصيرة



هل ستقضين فصـل الصيف
في المدينة التي تعيشين فيها ؟
اصنعي اذن هذا الثوب البسيط
انه من القماش القطني المطبوع
على أرضية فاتحة . الحـزام
من الجلد الاسود



هذا الثوب يليـــق باللواتى
يعملن فى المكاتب . ويلاحظ
ان الثنية المجوفة تزيد الجونلة
عرضا . قبعة وقفازات فاتحة
تلبس عليه ان أريد الخروج
به بعد الظهر

فساتين مبتكرة صنعت خصيصا لفصل الصيف



مادلين دي روش

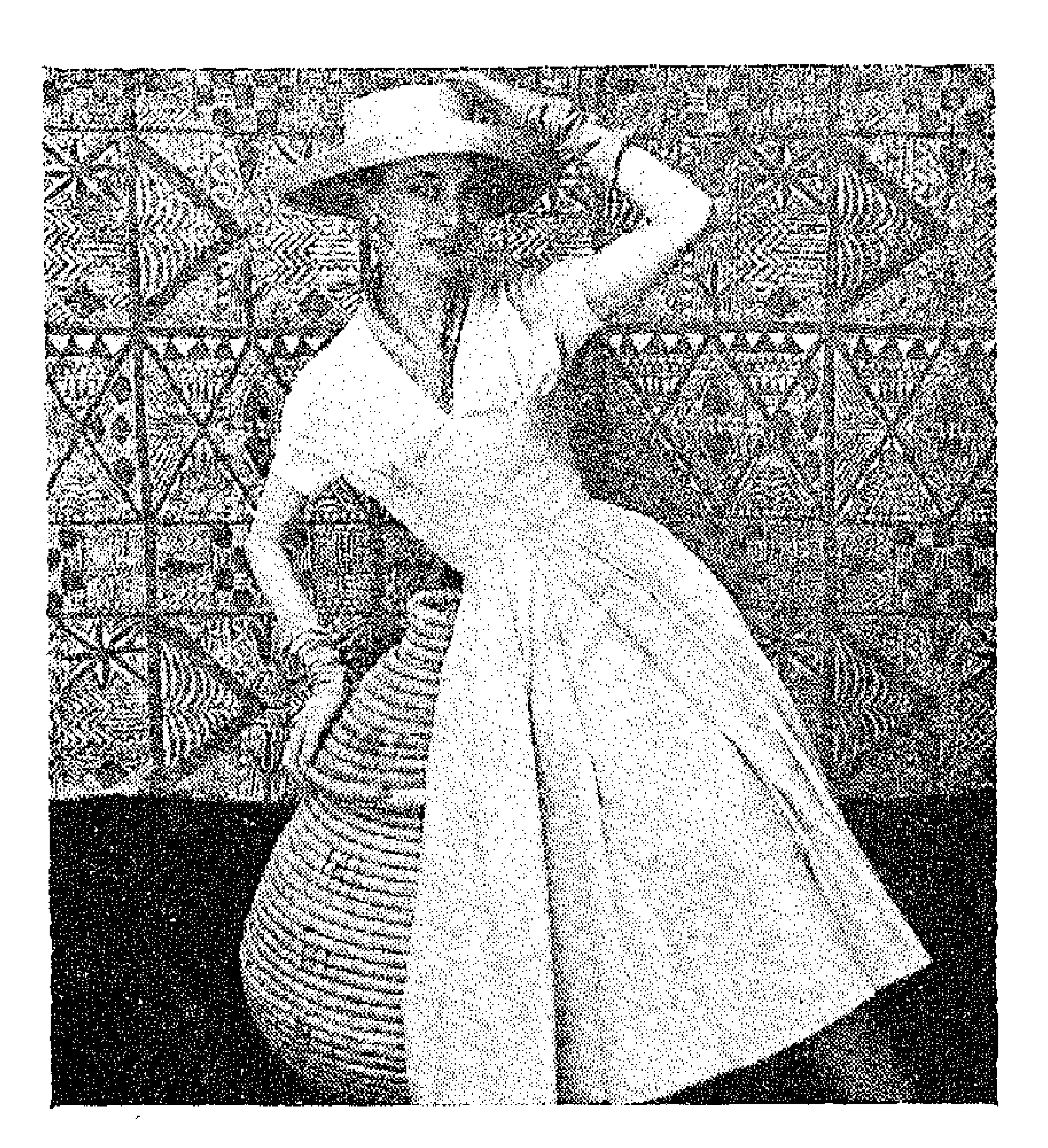


هرميس



ورث

ان ثوب مادلين دى روش عبارة عن بلاسترون مستدير محلى بفيونكة • أما الثوب فهو منقماش التوسور البيج • ويقدم ورث ثوبا بجونيلة ذات ثنيات مسطحة • أما هرميس فيبتكر هذا الثوب بكورساج مزرر وأكمام تصل الى تحت المرفق قليلا • ويضع هوبير دى جيفنشى هذا الفولار الذى يقلل من اتساع ياقة الثوب الذى ابتكره • ويفضل بيير كلارانس الثوب الشيميزيه بالكورساج المزرر المحلى بجيبين • وتقدم مادلين دى روش أيضا هذا الثوب المحلى بجيبين كبيرين موضوعين على أعلى الكورساج • القماش من التوسور الابيض •

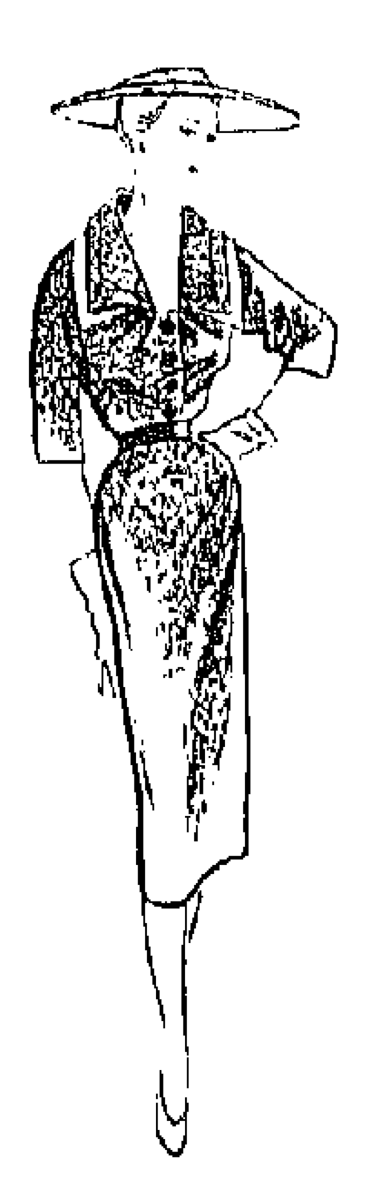


هربيردى جفنشي

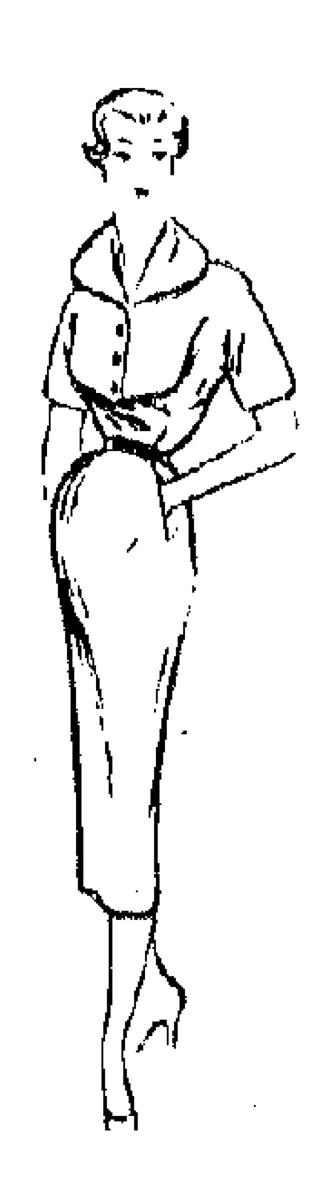


مادلين دى روش

بيير كلارانس



ابتكرت باريس لفصل الصيف هذا الثوب الانيق التواليت ليرتدى بعد الظهر
وفى الاستقبالات وحفلات العشاء





تايير استرعى أنظار كل من شــــاهده فى حفلة عرض مجموعة الازياء الصــــيفية
ويلاحظ أن الاكمام بقلابة .



برودرى الموسم

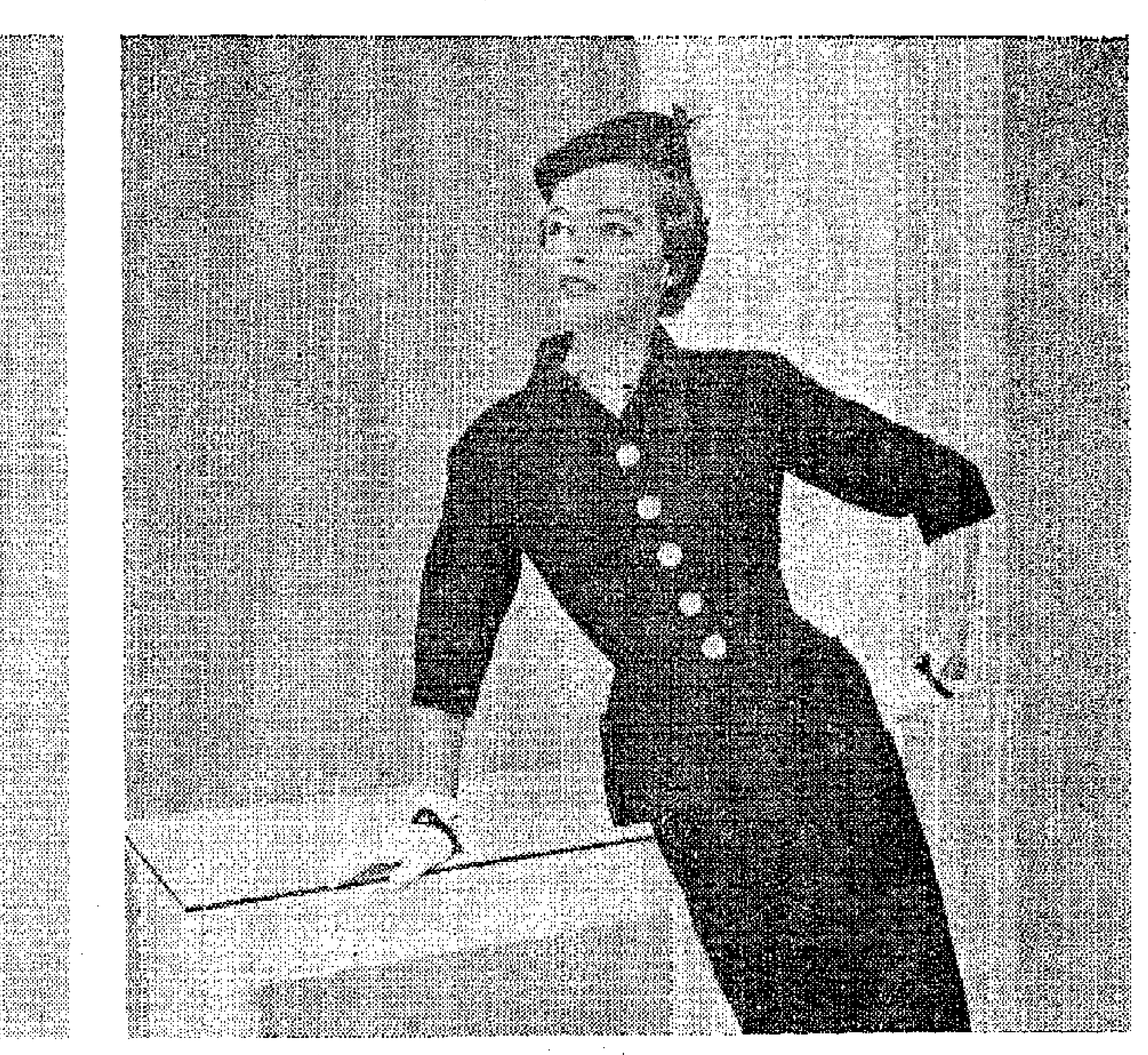
تلعب البرودرى فى هذا الموسم دورا هاما فى الموضة . فهى تحلى ثياب السهرة المصنوعة من قماش الموسلين والاورجاندى . ديور هذا الثوب المفصل لقماش السترياس الخفيف . ويقدم كريستان والموثى بلآلىء صغيرة وبقماش الاورجاندى الحريرى . أما جان لانفان فتفضل البرودرى بالازهار ذات اللون البنفسجى على ثوب ابيض . ويقدم بيير بالمان بوليرو قصيرا جدا من الساتان الابيض على ثوب من الاورجاندى الحريرى



جان لانفان وبيير بالمان

تايبرات أنيقة لبعد الظهر

نقدم على هاتين الصفحتين نخبة من التايبرات الانيقة التى ابتكرتها باريس لبعد الظهر • ويلاحظ انها جميعا تميل الى الضيق • اما التايير الاول الى اليمين فهو من صنع سكيا باريلى وقامت بتصميم الثـــاني نينا ريتشي والثالث ورث والرابع بيير بالمان •









ابتكر هذا التايير الانيق صانع الازياء المعروف هنرى آلابانسيسه . الخصر ضيق والجاكيت تقفل بثلاثة أزرار . الياقة من القطيفة السوداء



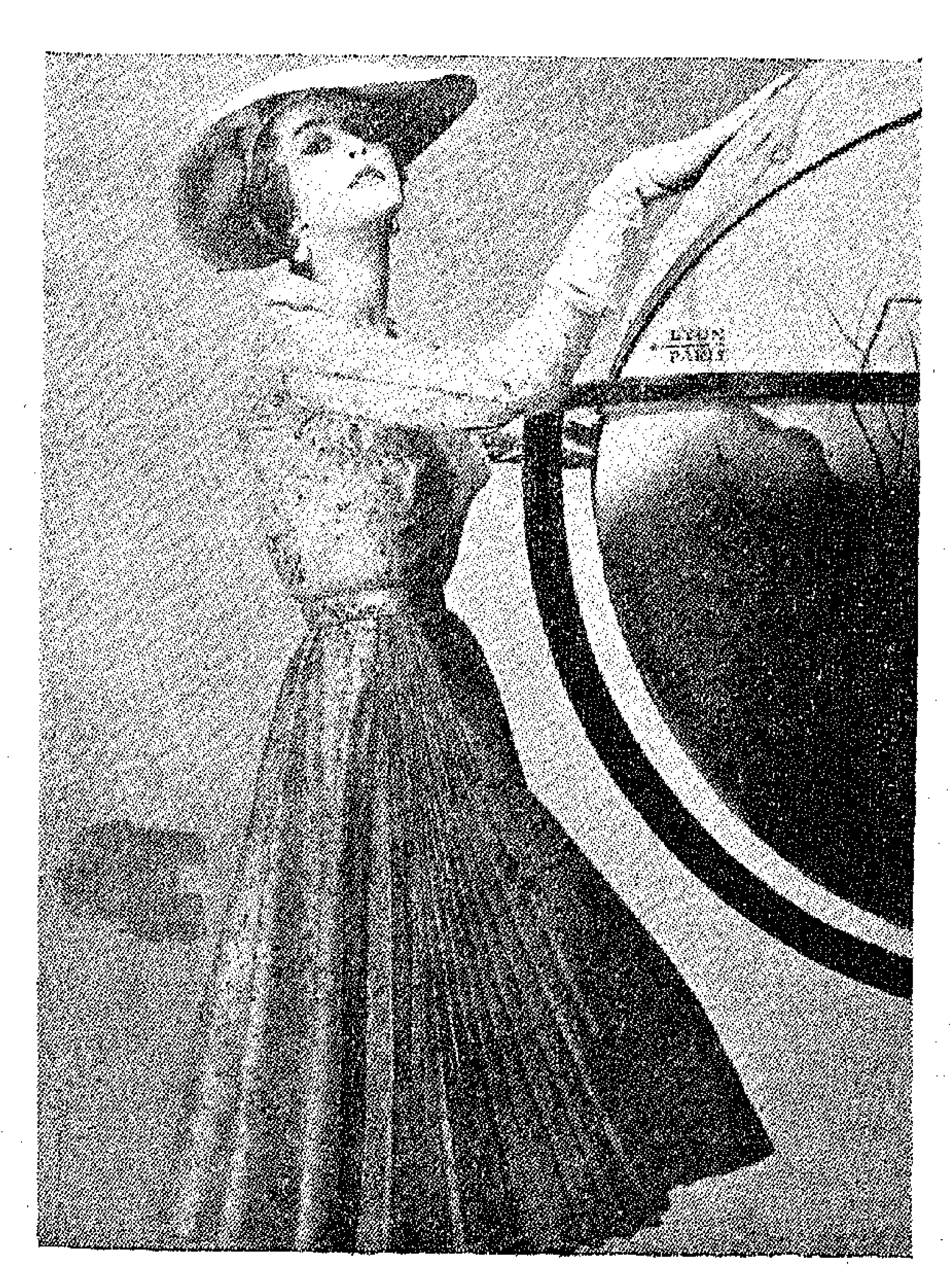
وتقدم نينا ريتشى تاييرا ممتازا . الخصر ضيق ـ الكتفان مستديرتان . القماش من الالباجا . الياقة مستديرة بقلابة بسيطة . الجونيلة ضيقة ضيقا معقولا يتناسب وشكل الجاكيت

مجموعة مختلفة من أزياء الصيف



































ثوب من قطعتين • الكورساج محلى بأربعة أزرار • الاكمام كيمنو • الياقة محلاة بالبيكيه


تايير رياضى • الجاكيت مقفلة تماما عند فتحة الرقبة • الاكمام تصل الى ما تحت المرفق قليلا • الجونيلة بثنيات مسطحة من الخلف

ثوب تايير محلى بياقة واساور من القطيفة • الكورساج بصفين من الازرار • الاكمام كيمنو • الجونيلة على شكـل حافظة الاوراق

ثوب بسيط للصباح ولبعد الظهر • الياقة ضيقة بقلابة • الكورساج مقفول • والجونيلة محلاة فى أسفلها بالكروكيه



انضم الآن..
إلى أسرة المساهمين في:
شركة النقل والهندسة
أقوى وانجح اسرة اقتصادية في البلاد
اكتتب الآن
في الاسهم الجديدة
لانشاء
مصنع اطارات
الكاوتشوك الجديد
واستفد من
الارباح الناتجة
من توكيلات افخم السيارات الأمريكية
كريزلر . بليموث . فارجو
وغيرها من اقوى التوكيلات العالمية
الاكتتاب في:
بنك مصر وبنك الكريدي ليونيه وبنك القاهرة وفروعها
وينتهي الاكتتاب في:
٢٨ يوليو ١٩٥٤
PLYMOUTH
شركة النقل والهندسة
١ شارع قصر النيل - القاهرة

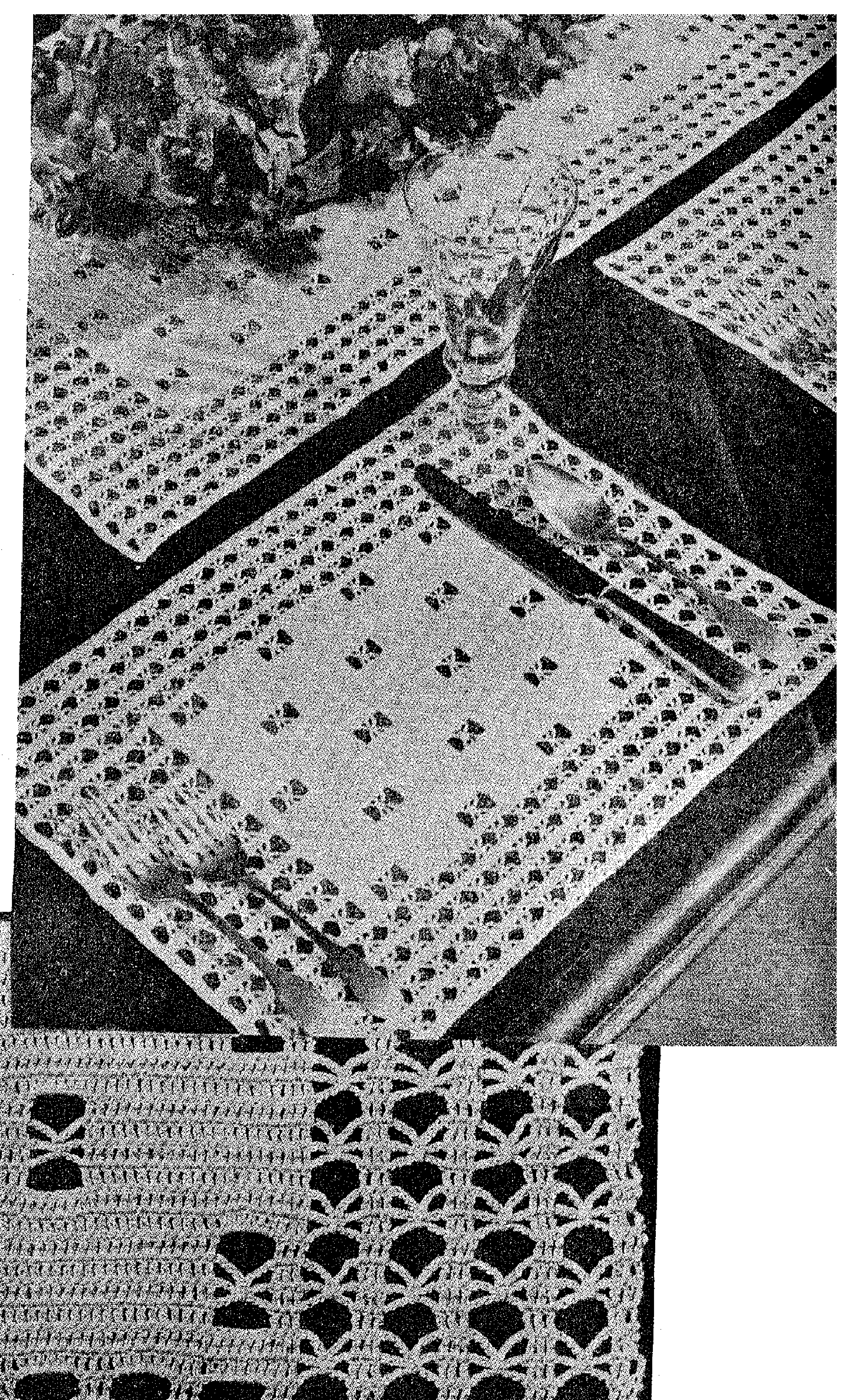


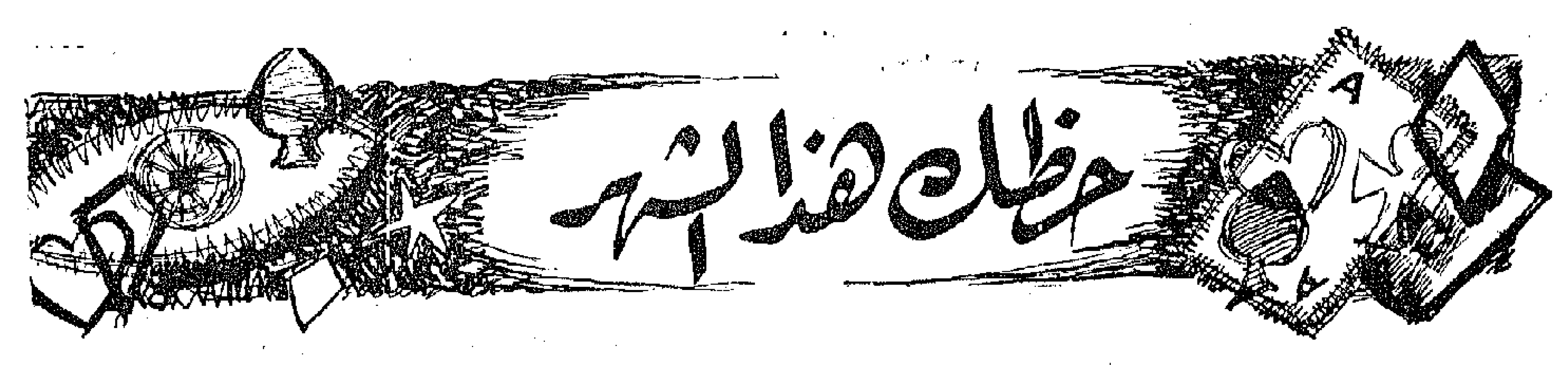
في عامه الأول

حقيقة البرودريه التى تحلى ملابس الطفل ، خفيفة كقماش اللينو الذى صنعت منه . والطقم عبارة عن قميصين صغيرين ومريلتين وكيسين وحذائين من التريكو . يمكنك عمل هذا الطقم الجميل وأنت تنتظرين ولادة طفلك أو تهدينه لمولود صديقتك أو شقيقتك .

اصنعيه من الكروشيه

تعتقد غالبية السيدات ان الكروشيه دالت دولته وأنه لم يعد له محل بين المفارش الحديثة . وقد وصلنا أخيرا ما ينفى هذا الاعتقاد، وهانحن أولاء نبادر بنشره على هذه الصفحة ، انه ((سرفيس)) أمريكانى للمائدة مشغول بالكروشيه، وقدكبرنا الفرزتين اللتين يتكون منهما ونشرناهما أسفل الصفحةلنيسر عليكمهمة نقلهما . ان المفرش فى معظمه يتكون من غرزة السلسلة السهلة وغرزة اللجام ان مائدة طعامك ستزداد جمالا واناقة بهذا الطقم المبتكر ..





من ٢١ مارس الى ٣١ منه :
في استطاعتك أن تستمرى فى المشروع الذى بدأتيه مع شئ من الحيطة فى اليوم الثالث والعشرين وستصل اليك انباء تكون سببا فى سرورك .

من أول ابريل الى ١٠ منه :
أخطار تعترض تنقلاتك . غضب تصير قد يسبب القطيعة أو بعض الهموم التى أنت فى غنى عنها . احترسى من الرابع والعشرين من هذا الشهر .



من ١١ أبريل الى ٢٠ منه :
تعب عصبى نتيجة الغيرة لن يلبث أن يزول بعد فترة وجيزة . راقبى نفسك فى الرابع والعشرين والخامس والعشرين من هذا الشهر

من ٢١ أبريل الى ٣٠ منه :
نجاح فى المشاكل القانونية . استلام نقود . واتفاقات فى مصلحتك . اليومان الثالث والعشرين والثامن والعشرين هما خير يومين فى هذا الشهر .

من أول مايو الى ١٠ منه :
حظ قوى . صداقة قائمة أو جديدة تفيدك وتسرك فى نفس الوقت . أول الشهر والرابع والعشرون منه أفضل يومين بالنسبة لك

من ١٠ مايو الى ٢١ منه
كونى أكثر انتباها وحذرا . ان المسائل المؤجلة يمكن اعادة النظر فيها . اختارى الخامس والعشرين من هذا الشهر .

من ٢١ مايو الى ٣١ منه :
قد تعود المياه الى مجاريها . ثبات فى المشروعات وفى المسائل العاطفية . الخامس والعشرين والسادس والعشرين هما أفضل يومين لك .

من أول يونيه الى ١٠ منه :
نشاط وحماس . أفكار مبتكرة تستحق الاهتمام . انه شهر الاسفار الناجحة على شرط ألا تبدئيها فى أول يوم منه .

من ١١ يونية الى ٢٢ منه :
لاتكشفى عن مشروعاتك بدون أى حذر منك ان اردت الاحتفاظ باسرارك العزيزة . ستجد مشاكلك العاطفية حلها . السابع والعشرون أفضل أيام الشهر .

من ٢٣ يونيه الى ٣٠ منه :
شهر متاعب مادية
عدا الثالث والعشرين من هذا الشهر فان هذا الشهر مهيأ للارباح والمساعي الصغيرة النافعة والاتفاقات المهنية .

من أول يولية الى ١٠ منه :
كونى شديدة الحرص فان الجو يبشر بالعاصفة فى جميع المسائل وخاصة فى اليوم الرابع والعشرين من هذا الشهر .

من ١١ يوليه الى ٢٢ منه :
احذرى من المنافسة التى لا تكشف عن نفسها خاصة فى محيط العواطف . وكونى دبلوماسية الى أبعد الحدود فى اليوم الخامس والعشرين من الشهر .

من ٢٣ يوليه الى ٣١ منه :
لا تمنحى ثقتك لكل من هب ودب من الناس . ان هذا الشهر قد يجلب لك الفوائد الجمة . الخامس والعشرون والسادس والعشرون خير يومين بالنسبة لك

من أول أغسطس الى ١٠ منه :
فى استطاعتك أن تتخذى قرارات حاسمة وتجتازى العقبات التى تعترض طريقك وتنتصرى على منافسيك . السادس والعشرين أفضل يوم فى هذا الشهر .

من ١١ أغسطس الى ٢٢ منه :
جو عاطفى طيب . نجاح فى المسائل الفنية وفى الحياة العامة . السابع والعشرون أفضل يوم فى هذا الشهر .



من ٢٣ أغسطس الى ٣١ منه :
راقبى صحتك . ستكتشفين مؤامرة ضدك حاكها بعض اللواتى يردن لك الشر ويغرن منك . احذرى من الثامن والعشرين من هذا الشهر .

من أول سبتمبر الى ١٠ منه :
حظ مستمر على شرط ألا تقترفى ما يعكر الجو بينك وبين رؤسائك واصدقائك .

من ١١ سبتمبر الى ٢٢ منه :
ميل الى التشتت والمبالغة فى الدقة والثرثرة . كونى حريصة يقظة خاصة فى الثالث والعشرين من هذا الشهر .

من ٢٣ سبتمبر الى ٣٠ منه :
لقد عاد الهدوء وانك أكثر استعدادا لاتخاذ قرارات هامة خاصة فى مسائل العمل . الخامس والعشرين أفضل يوم فى هذا الشهر .

من أول أكتوبر الى ١٠ منه :
مصاعب لا يمكن ازالتها الا بالهدوء والصبر . أسفار هذا الشهر تعرضك للخطر خاصة فى الرابع والعشرين من هذا الشهر .

من ١١ أكتوبر الى ٢٣ منه :
راقبى دورتك الدموية . خففى مشروعاتك وكونى موضوعية فى مسائل الحب . ستصابين بصدمة فى الخامس والعشرين من هذا الشهر .

من ٢٤ أكتوبر الى ٣١ منه :
جو مهيأ للعمل . نجاح مادى وادبى . اتفاقات . الثامن والعشرين أفضل أيام هذا الشهر .

من أول نوفمبر الى ١٠ منه :
سيأتيك خير عميم فى المحيطين العاطفى والمادى بفضل معارفك واصدقائك . الثامن والعشرون أفضل أيام هذا الشهر .

من ١١ نوفمبر الى ٢٢ منه :
روح ابتكار وتجديد . حظ فى التنقلات . تنفيذ مشروعات جديدة . الخامس والعشرون يوم حظك .

من ٢٣ نوفمبر الى ٣٠ منه :
لا تلقى الرماد فى العيون فيما يخص المسائل المادية وخاصة فى الثامن والعشرين من هذا الشهر الا أن أردت أن يفضح أمرك .

من أول ديسمبر الى ١٠ منه :
شهر المشروعات الجريئة والتنقلات العاطفية والمعارف الجديدة .

من ١١ ديسمبر الى ٢٠ منه :
كونى شديدة الحذر فى اختيار كاتمات اسرارك خاصة ان كنت فى أعلى مراتب حياتك العاطفية .

من ٢١ ديسمبر الى ٣١ منه :
شهر طيب للعمل والاشغال والقرارات الحازمة والارباح الثامن والعشرون أفضل أيام هذا الشهر

من أول يناير الى ١٠ منه :
يجب عليك فى هذه الفترة من السنة أن تكونى شديدة الحذر بالنسبة لجميع المسائل التى تصادفك . قد تتعرضين لبعض المشاكل الصغيرة .

من ١١ يناير الى ٢٠ منه :
حياتك العاطفية غير واضحة . ان الالام البسيطة التى تساورك لا تستحق منك كل هذا الحزن . احتفظى برباطة جأشك فى الخامس والعشرين من هذا الشهر .

من ٢١ يناير الى ٣١ منه :
لا تعيشى للمظاهر الكاذبة . واخمدى قليلا عزة نفسك . ستغضبين فى الخامس والعشرين والسادس والعشرين من هذا الشهر .



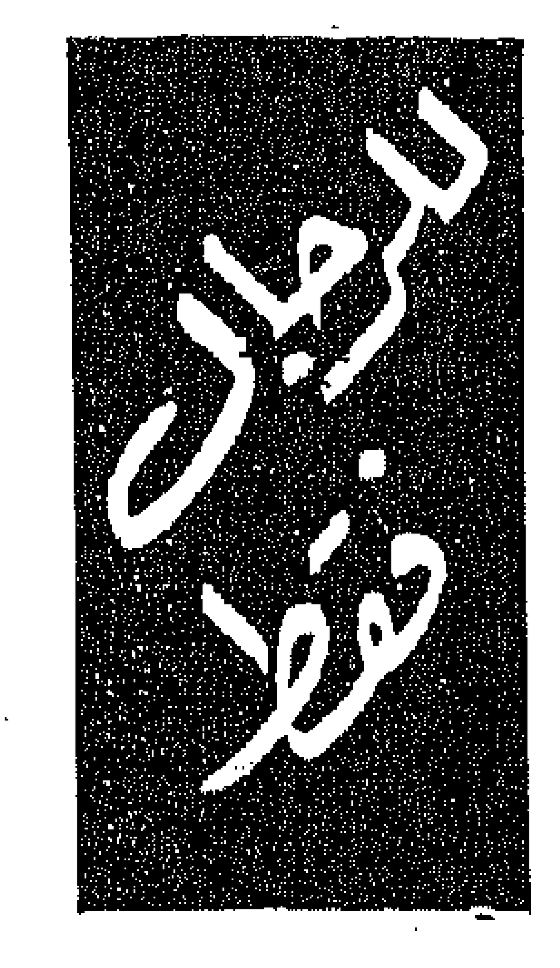
من أول فبراير الى ١٠ منه :
شهر مناسب للترقية والارباح والاسفار . احذرى فقط من السادس والعشرين منه .

من ١١ فبراير الى ١٩ منه :
جو عاطفى جميل . لا تصادقى نساء جديدات خاصة فى السابع والعشرين من الشهر . نجاح فنى .

من ٢٠ فبراير الى ٢٨ منه :
انحطاط صحى فجسائى الا أن الجو كله معد للعمل والنشاط . ستأتيك مساعدة من رجل . راقبى نفسك فى الثامن والعشرين من هذا الشهر .

من أول مارس الى ١٠ منه :
قد يأتيك النجاح من حيث لا تدرين فتبرزين فى المحيط الذى تعيشين فيه . الرابع والعشرون من هذا الشهر هو أفضل الايام بالنسبة لك .

من ١١ مارس الى ٢٠ منه :
بشئ من الدبلوماسية وحسن التصرف يمكنك أن تلتقى بالحظ الذى تنشدينه . الخامس والعشرون أفضل ايام هذا الشهر .



ليس هو الحياء الذى يدفع بالمرأة الى الهروب من مطاردة الرجل لها٠٠ ولكنها مهارة الصياد الذى يعـــرف كيف يستدرج فريسته !

●

المـــرأة تحب الحب ٠٠ فهى تفكر فى الرجـــل الذى يجيـــد فنونه !

●

الرجـــل الذى يحاول أن يبنى تجاربه فى الحياة على أساس مغامراته فى دنيا النساء ٠٠ هو رجل يضيع حياته سدى !

●

الزوج الفاشل هو الذى يظن أن اخفاء مغامراته العاطفية عن زوجته كفيل بتجنب شكها ٠٠ فان للمرأة احساسا دقيقا لا يخطىء الحكم على مدى اخلاص رجلها لها !

●

يعتقد الرجل انه هو الذى اختار فتاته ٠٠ ولكن الواقع انها هى التى تكون قد اختارته ٠٠ لان المرأة تعرف كيف تختار الرجل الذى ســـوف يختارها !٠

●

المرأة تحب الرجل ٠٠ والرجـــل يحب نفسه ٠٠ والفتاة أيضا تظـــل تحب نفسها حتى تتعرف على الرجل فتنسى كل شىء الا هو !

●

لا تضيع وقتـــك فى البحث عن المرأة التى لا يملها الرجل ، فهى الحلم الذى ستضيع أعمار الرجال فى البحث عنها .. لان الملل هـــو أعمق شىء فى طبيعة الرجال !

احذر المرأة التى تتعلق بالاحتفاظ بك لنفسها ٠٠ لانها بلهاء لا تعرف ما هو الرجل ؟

●

الحب الهام للرجل ٠٠ واستعباد للمرأة !

●

لا تشغـــل بالك بالبحث عن سر المرأة ٠٠ فان السر الذى لا يعلمه الرجال ٠٠ هو أن المرأة لا سر لها !

●

يقول الشاعر بول جيرالدى :

ان احساسنا بجمال المرأة يجعلنا نطوح بطموحنا نحو جنة بدون نساء ٠٠ فان رجاحة عقل الرجل لا تساوى شيئا الى جانب ما تعكسه المرأة من جمال على حياتنا !

●

فى الصداقة من الحب ما هـــو أخلد مما فى الحب ذاته .. فحاول أن تبنى حبك لزوجتك على الصداقة ٠٠ فالزواج هو الحب الذى يجب أن يدوم الى الابد !

●

اسهل عليك أن تصارع الثيران الهائلة .. من أن تصارع الزمن فى حب امرأة تعرف أنها جميلة !

●

لا تغتر بانتصارك الاول على فتاتك ٠٠ فان اثارة غرورك هو الجزء الاول من (التكتيك) الذى تعده للايقاع بك بين يديها !

●

ليس الخطر أن تتشاجر كل يوم مع زوجتك ٠٠ ولكن الخطر هو أن تحضر حماتك احدى مناقشاتكما !

●

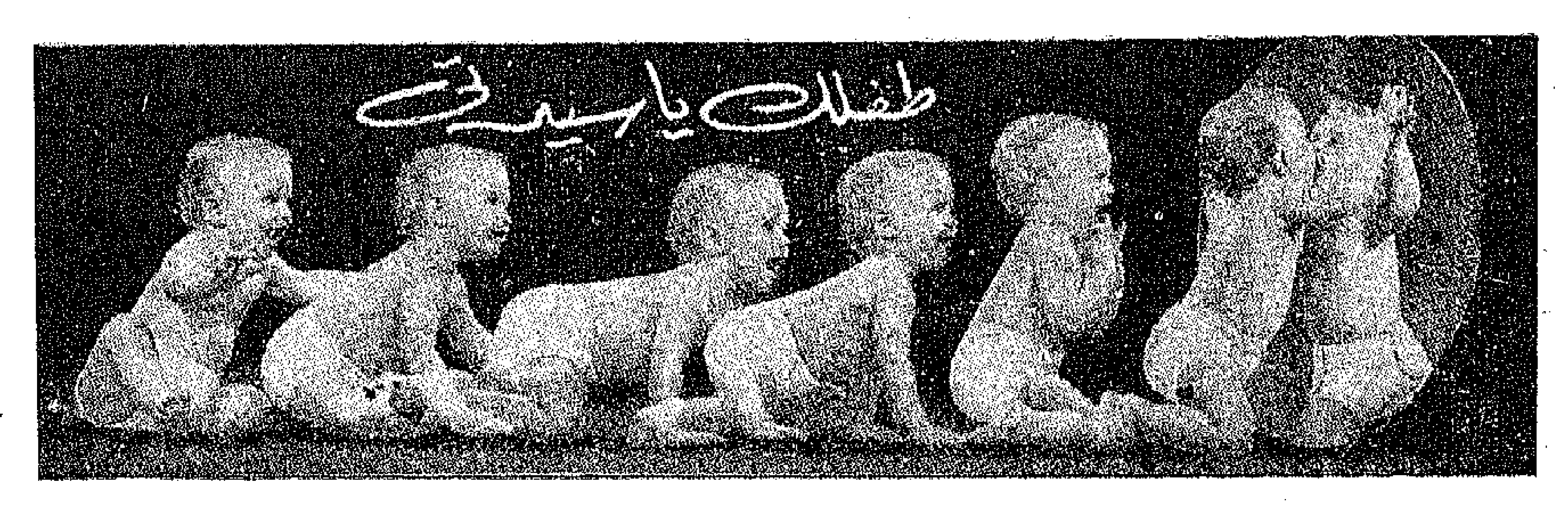
لم يخلق بعد الرجل الذى يستطيع أن يرضى المرأة .. فليس لطموحها حد ! ٠

●

لا تتزوج بالفتاةالتى تعجب بها ، ولكـــن تزوج بالتى تعجب بك ٠٠ فالاعجاب هو أساس الحب السليم عند المرأة !

اشتراكات مجلة بنت النيل

م	
١٠٠	الاشتراك السنوى فى مصر والسودان
١٥٠	الاشتراك السنوى فى البلاد العربية
٢٠٠	الاشتراك السنوى فى الخارج (أو مايعادلها)



كثيرا ما يأخذ الاطفال في سن الدراسة المبكر نقودا يصرفونها حسب رغبتهم . فاذا لم يتأكد الاباء والمسئولون في المدرسة ان هذه النقود تصرف في شراء مواد غذائية تتوفر فيها الاشتراطات الصحية وانها أى هذه المواد ذات قيمة من الناحية الغذائية فان هذه النقود تذهب سدى الى الباعه الجائلين أو اصحاب الحوانيت المجاورة للمدرسة في شراء حلوى او فطائر او (سندويتشات) مكشوفة للاتربة والذباب ومعرضة للتلوث بل ان هذه المواد قد تباع احيانا في المدرسة للحصول على النقود اللازمة لبعض الاغراض المدرسية .

وفضلا عن ضعف القيمة الغذائية لتلك المواد فانها تكون سبيلا الى نقل العدوى والاصابة بالامراض

وأحسن وسيلة لمواجهة هذه الحال ان يتضامن الاباء والمسئولون في المدرسة على تنظيم بيع تلك الاغذية الاضافية للاطفال . ويجب اتخاذ الاجراءات الكفيلة بتقديم بعض المواد الغذائية كاللبن والفاكهةالجافة كالبلح والفول والسوداني أو الطازجة كالبرتقال واليوسفي كما يجب أن يتعلم الاطفال ان السكر والحلوى وما ماثلها لا تزودهم الا بالطاقة والطعم وانه يجب مراعاة الاعتدال في استهلاكها بعد نهاية الاكل . وانهم يجب أن يفضلوا منها ما احتوى على مواد اللبن وعلى الفاكهة او المكسرات الى جانب السكر والشكولاته وان يكون ذلك كله جزءا من البرنامج التعليمي الصحي .

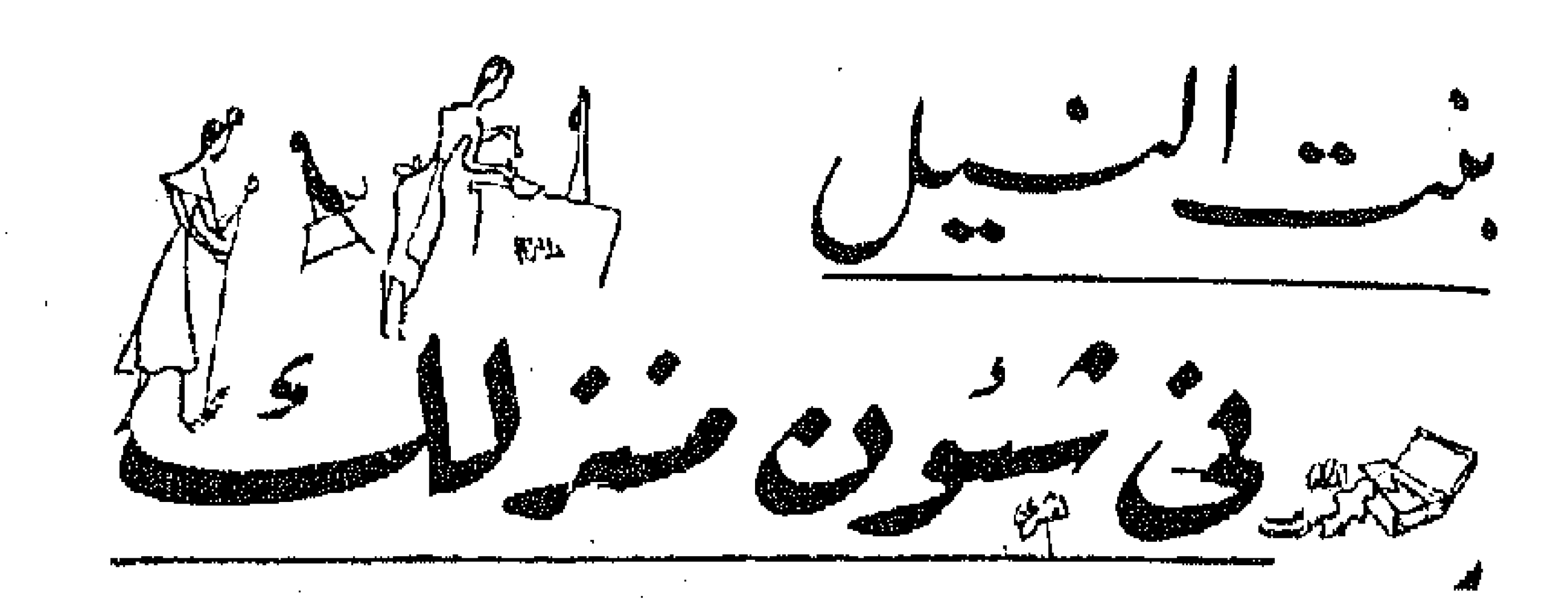
ويجب ان يكون معلوما لديك يا سيدتي ان كثرة النقود في أيدي طفلك اكبر مدعاة لتعويده الاسراف ثم الكثير من الرذائل وبالتالي الانحراف الخلقي . لا تعطيه ابدا نقودا الا بقدر ويستحسن أن توحي اليه بالجهة التي ينفقها فيها .

ان الطفل وان كان قد اكتسب عادات غذائية صحيحة في العام الاول أو العامين الاولين من عمره فهو يعرض فجأة في ذلك الوقت او بعده مباشرة عن بعض الاغذية وخاصة اللبن . وهذا أمر طبيعي جدا . وكثيرا ما ينسى كراهيته لهذه الاغذية اذا ما توقفنا عن تقديمها له فترة قصيرة . أما اذا كان اعراضه هذااكثر من اعراض مؤقت فلابد من البحث عن السبب .

فربما كان الطفل يتناول طعاما قوي النكهة أو كثير التوابل كالحلوى واللحوم والاصناف الدسمة مما يقلل قدرته على تمييز طعم الاغذية البسيطة الخفيفة فاذا كان الحال كذلك فان العودة الى طعام بسيط جدا خفيف الطعم مكتمل العناصر كثيرا ما يؤدي الى علاج سريع . أما اذا كان الطفل قد اعتاد اكل الحلوى او الاغذية القوية النكهة فان من الضروري الاقلاع عن ذلك دون الاشارة مطلقا الى هذا التغيير . فلابد من اعتبار وجود الاغذية البسيطة دون غيرها امرا واقعيا طبيعيا .. وقد يدهشنا كيف يجد الطفل الخبز والزبد واللبن لذيذ الطعم عندما يكون جائعا اذا لم تكن قد ضعفت مقدرته على التذوق تحت تأثير تعود النكهة القوية

ومن المألوف ان الاطفال يتعودون بسرعة تناول الاكل بالتجزئة بين الاكلات والسبب هو وجود الطفل في ارجاء المنزل حيث يوجد الطعام ويسهل اعطاؤه في أي وقت قطعة من الخبز او الفطير او البسكويت اذا ما طلب ذلك او السماح له بأخذ ما شاء من حلوى . وكثيرا ما نرى اطفالا اعتادوا مواصلة الاكل بالتجزئة طوال اليوم ويكون من أثر ذلك عادة أن تضعف شهية الطفل فلا يجوع في مواعيد الوجبات العادية والاغذية التي يأكلها بين الوجبات لا تكون في العادة ضرورية له لانها تستكمل حاجياته من عناصر الغذاء الضرورية التي كان لابد له من تناولها أثناء الوجبات الاساسية والطريقة المثلى لتجنب التجزئة هي مراعاة تناول الطفل طعامه عند جلوسه الى المائدة وقت الاكل العادي . فاذا ظهر انه في حاجة الى اربع أو خمس اكلات بدلا من ثلاث فلا مانع من ذلك ولكن من الضروري ان يجلس الى المائدة لتناولها

أم مجربة



بقعة الحشيش الاخضر

س ـ ابنتي الصغيرة جلست بفستانها الابيض فوق الحشيش الاخضر بأرض الحديقة فترك بقعا خضراء اللون فهل يمكن ازالتها ؟

ج : نعم من السهل جدا ازالتها • فانقعيها في اسبرتو أبيض مع تغيير الاسبرتو كلما اخضر لونه • ثم اغسلي الفستان بعد ذلك بالطريقة المعتادة حسب نوع القماش المصنوع منه •

◆

الازهار على المائدة :

س ـ ارجو اعطائي بعض الارشادات الهامة عن الازهار التي توضع لزخرفة موائد الطعام :

ج : أهم شيء هو اختيارك لزهريات قصيرة مسطحة أو التي تشبه في شكلها الاطباق وضعي فيها الجزء البللوري المملوء بالثقوب والخاص بوضع وحدات الازهار به ثم لاحظي أن تكون الزهور المختارة لهذه المناسبة ذات ألوان هادئة وأن تكون سيقانها صغيرة •

٣ ـ رتبيها في الزهرية بشكل منسق جميل •

٤ ـ كل ما أنبهك اليه هو أن تجتنبي استعمال الزهريات الضخمة الكبيرة أو المرتفعة كذلك اجتنبي وضع الازهار الطويلة السيقان لان كليهما يسبب احتجاب الاشخاص الآكلين حول المائدة من رؤية بعضهم بعضا •

٤ ـ وأخيرا تكون الازهار المختارة ذات رائحة خفيفة أو خالية منها

◆

خزن المأكولات الجافة

س ـ هل هناك قواعد لحفظ المأكولات الجافة مثل الفواكه والحبوب . أعني هل هذه الاشياء تفسد اذا خزنت لمدة سنين طويلة أم تبقى دون ان يصيبها تلف اذا حفظت في أوعية محكمة الاغطية ؟

ج : الاشياء الجافة تحفظ طبعا مدة طويلة دون أن يصيبها أدنى تلف اذا حفظت بالطريقة الصحيحة في برطمانات جافة محكمة الغطاء وفي أمكنة متجددة الهواء أكثر مما لو حفظت في علب من الكرتون • ولكن بالرغم من ذلك فليس من الحكمة خزن الاطعمة لمدة سنين طويلة لان طعمها يتغير : فمثلا البازلاء الجافة والفاصوليا قد يصيبها التسويس وقد يصعب طهيها أحيانا اذا خزنت أكثر من ستة شهور • والشعير قد يتلف طعمه ويصيبه شيء من المرارة اذا خزن أكثر من ثلاثة شهور وكذلك الدقيق • أما القراصيا والمشمش فقد يتلف بعد ستة شهور من خزنه • أما التوابل فقد تفقد نكهتها بعد ثلاثة شهور من خزنها •

كيف تؤسسين غرفتين لولديك



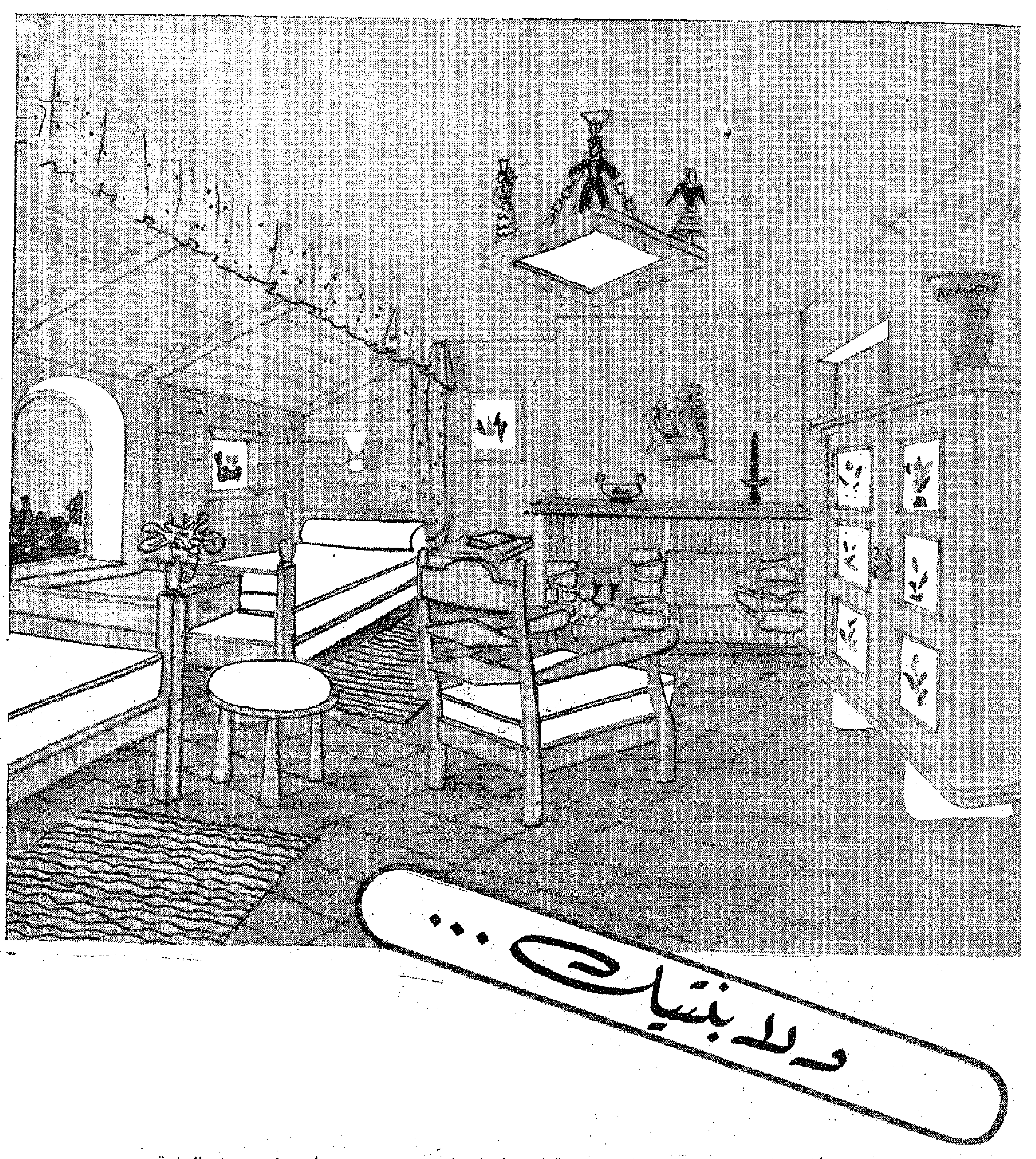
ان الغرفتين اللتين نقترح عليـك تأثيثهمـاهما لولديك اللذين ناهزا الرابعة عشرة من عمرهما ، تلك السن التى يصبح الولد فيهـا ميالا الى شيءكثير من التحرر والتى يمارس فيها الالعاب الرياضية والتى يستقبل فيها اصدقاءه فيلعبون ويمرحون دون أن يسببوا ازعاجا لبقية البيت .

ان ستارة خضراء فاقعة تفصل ركن الرياضة عن ركن الراحة . وقد أختير للحائط اللون الاصفر الفاتح الذي يشبه لون القش . أما الاثاث نفسه فقد صـنع من خشب السنديان .

ويلاحظ أن تحت النافذة صندوقا يحتوى على أدوات الرياضة المختلفة وعلى جانبيها دولابان . وظهر خلال الباب المفتوح الحمام الصغير المزود بالدوش. ووضع على الصندوق ثلاث مخدات بألوان مختلفة وهى الازرق والاخضر والاصفر الفاتر ويمكن استعمالها للجلوس او للاستلقاء .

ويحلى الحائط صور العاب رياضية وقد علقت فوق الديوان المضاء بمصباح يتحرك فى جميـع الاتجاهات . أما « البيك آب » والاسطوانات فقد وضعت على قطعـة الاثاث التى خصص جزء منهـا للكتب .

ان مخدة الفوتيل الطويل من قماش الكريتون المقلم بالازرق والاخضر والاصفر الفاتح ، وهو نفس القماش الذي يغطى به الديوان الذى يستعمل ليلا كسرير .



ولابنتيك ...

ان الغرفة الثانية التي نقدمها لك هي غرفة ابنتك او ابنتيك . ضعي سريرين او سراير حسب الحاجة، وهناك على الجانب لوحة صغيرة تنظم عليها الكتب. وأمام النافذة منضدة ذات أدراج بكرسي خشبي ذي ثلاثة ارجل يستعمل كتسريحة أو كمنضدة . ويمكن فصل الركن الخاص بالسراير عن سائر الغـرفة «بفولان» مكشكش وستائر من الكريتـون الابيض المنقط بالالوان الزاهية المختلفة . وفوق كل سرير مصباح يضيء اضاءة غير مباشرة .

ويمكن بناء مدفأة بالحجر على سطحها شمعدان وزهرية . ويوضع على الحائط أمام السريرين دولاب، ذو بابين محفورين . ويستحسن أن يحتـل هذا الدولاب الحائط كله أو جزءا كبيرا منه . وأمام المدفأة وبين الدولاب والسريرين فوتيل من الخشب طراز روبستيك وقد فرش بنفس قماش السريرين . أما على الارض فقد أختير هذان البساطان المصنوعان من الكليم .

وعلقت الى السقف نجفة لها برواز من الخشب الطبيعي المحلي بتماثيل صغيرة .

الجامعات فى شهر

فرغ الدكتور عزيز صدقى المهندس وعضو المجلس الاعلى للخدمات العامة بالاشتراك مع الاستاذ نبيه الشيمى وكيل وزارة المعارف المساعد من دراسة مشروع جامعة اسيوط وقد تقرر البدء فورا فى نزع ملكية الاراضى المجاورة لمدينة اسيوط والتى تم اختيارها لاقامة مبانى الجامعة عليها وقد قدرت التكاليف المبدئية بمليونين واربعمائة الف جنيه .

◆ أثير فى المؤتمر الصحفى الذى عقده الدكتور محمد عوض محمد وزير المعارف موضوع المدارس الحرة وقد قال الوزير ان الوزارة لا تستطيع ان تعدل عن نظام مجانية التعليم ولكنه لن يتردد فى مساعدة أى مدرسة خاصة بمصروفات يرى أنها كفيلة بتحقيق رسالة معينة ، وقال انه لا يستطيع أن يطالب بعودة المدارس الحرة ولكنه لا يعارض فى قيامها اذا ما طالب الرأى العام بذلك

◆ قال احد الصحفيين لوزير المعارف فى أثناء المؤتمر الصحفى المذكور انه ليس لدينا تعليم فنى بالمرة والدولة لا تنفق الا بضعة الوف من الجنيهات على هذا النوع من التعليم فى الوقت الذى تعتمد فيه مئات الملايين من الجنيهات لتصنيع البلاد

◆ اقترح أستاذ الجيل لطفى السيد أن يقوم الافراد بتأسيس جامعات حرة وقال ان هذه الجامعات مهمة الافراد والمؤسسات لا مهمة الحكومات .

◆ قال الدكتور احمد زكى ان مسألة تطبيق النظام الجديد للامتحانات بكلية الحقوق فى باقى كليات الجامعة امر متروك لمجالس هذه الكليات فهى التى لها سلطة وعلى مجلس الجامعة ان يقر التعديل أو يرفضه .

◆ يعرض مجلس الانتاج القومى مذكرة خاصة بتصنيع التعليم فى مصر أى الاهتمام بالتعليم الفنى على لجنة خاصة فى أوائل الشهر الحالى وقد اقترح الدكتور راشد البراوى تخصيص ٢٠ مليون جنيه من أموال المشروعات العامة على عشر سنوات لانشاء مدارس صناعية تلحق بالمنشئات الجديدة .

نحو جامعة افضل ..

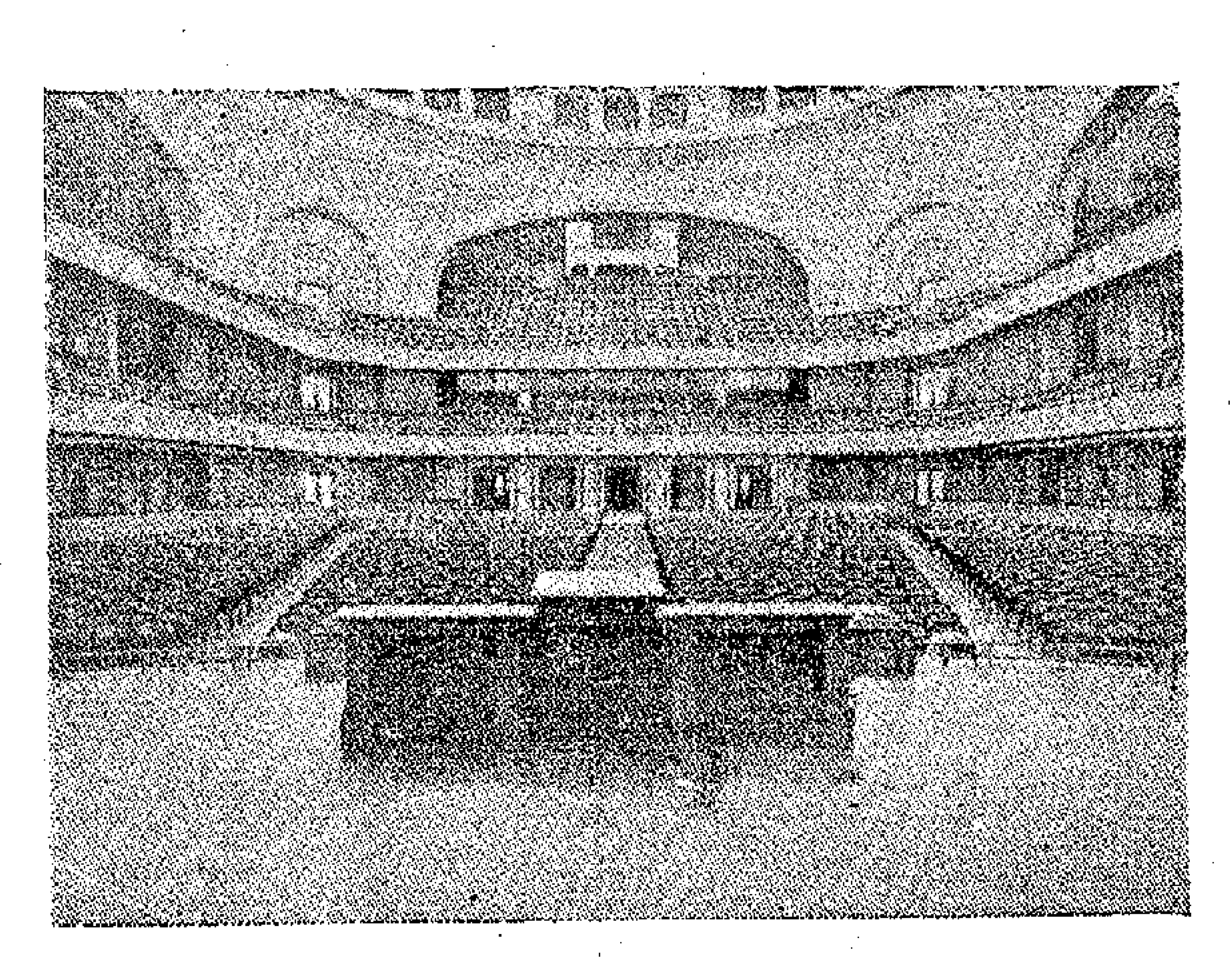
انتهى الطلبة من تأدية امتحاناتهم .. وظهرت معظم النتائج ، وبعضهم لم يحالفه الحظ فأخذ يعاود الجهاد من جديد عله يوفق فى فرصة أخرى ، والبعض الاخر قد حالفه الحظ وانتصر فى المعركة فترك السلاح وانطلق فى الشوارع يضايق المارة أو ركن الى الريف ليقضى فيه اجازته

وكنا قد سمعنا وقرأنا الكثير عن مشروعات لادارة النشاط بوزارة المعارف واتحادات الجامعات وادارة المشروعات بوزارة الشئون الاجتماعية كلها ترمى الى تنظيم أوقات الفراغ عند الشباب ولكن مما يؤسف له أن مشروعا واحدا من هذه المشروعات لم ير النور بعد .

ان فى مقدور الحكومة أن تخلق من قصور الملك السابق أندية للرياضة والتسلية المفيدة للشباب ومكتبات يطالع فيها الفنون المختلفة بدلا من أن تتركه فريسة لنزواته ، وحتى تريح منه الناس فى الطرقات والامكنة العامة .

سمير عبد القادر

اسرار الجامعات



قاعة الاحتفالات الكبرى بجامعة القاهرة

تتوقع وزارة الارشاد القومى ازدياد عدد الطلبة السودانيين بالجامعات المصرية خلال العام القادم ولقد أعدت برنامجا للاشراف على هؤلاء الطلبة ورعايتهم صحيا واجتماعيا .

◆ أصدرت جامعة شيكاغو كتابا عن أقدم مائة جامعة فى العالم وقد وصفت جامعة القاهرة بأنها ثالث جامعة فى الشرق

◆ ما زال التنافس على أشده بين موظفى الجامعة الاداريين حول منصب سكرتير عام مساعد لجامعة القاهرة

◆ يفكر المسئولون فى اعادة تكوين مجلس التعليم الاعلى المتكون من وزراء المعارف السابقين على أن يضم مديرى الجامعات اللامعين ولفيفا من المشتغلين بشئون التربية .

◆ يدرس مجلس جامعة القاهرة فى اجتماعه القادم المذكرة التى قدمها الدكتور جابر الحينى مدير الادارة الاجتماعية بالجامعة والخاصة بتعديل نظم صندوق الخدمات والذى تبلغ حصيلته حوالى خمسة الاف جنيه فى العام الواحد .

◆ شكلت لجنة خاصة من بعض الموظفين الاداريين بجامعة القاهرة لبحث مشروع توسيع مطبعة الجامعة حتى تتمكن من طبع الكتب الجامعية والمراجع التاريخية والادبية الهامة .

◆ يعانى طلبة قسم اللغة الانجليزية بكلية الاداب الكثير من قلة وجود قاموس انجليزى ـ عربى وقد قام الاستاذ اسماعيل مظهر باعداد قاموس لسد هذا النقص كما أعدت دار لاروس الباريسية قاموسا اخر عربى ـ فرنسى .

◆ بلغت التبرعات التى جمعت لجمعية أسبوع الجامعات ١٧ ألف جنيه حتى الان وقد الغيت الحفلات الساهرة التى كان مزمعا اقامتها لهذا الغرض والتى كان بعض الفنانين قد تطوعوا لاحيائها

◆ تبدأ المعسكرات الصيفية للشباب الجامعى فى ١٠ يولية الحالى ولمدة ثلاثة أسابيع . وستكون أعمال هذه المعسكرات فى قرى المراكز الاجتماعية . والغرض من هذا المشروع اثارة الوعى القومى بين سكان الريف .

نحن نقترح

يظهر تحت هذا العنوان كل شهر الاقتراحات والاراء التى ترد الينا ..

وبنت النيل تعلن ترحيبها بكل اقتراح وتعد بنشره ما دام فى حدود القانون والنظام .. وترجو ان ترفق بالاقتراحات صور اصحابها لنشرها بجانب اقتراحاتهم ..



انسة عصمت عبده الجمل ـ كلية الحقوق ـ جامعة القاهرة

اقترح أن ينظم أسبوع الجامعات كل عام وأن تصرف اتحادات الجامعات اعانات شهرية للطلبة المحتاجين حتى يمكنهم أن يتفرغوا للعلم فقط والا تقعدهم الحاجة



آنسة فيولا جورج شلبى ـ كلية التجارة جامعة ابراهيم

اقترح اعداد رحلات خاصة للخارج لنوابغ الطلبة على نفقة الاتحادات وانشاء أندية خارج الجامعة لتساعد على خلق روح التعاون بين الطلبة فى مختلف كليات الجامعة

إمرأة ... في حياة نهرو

شريماتي انديرا غاندي

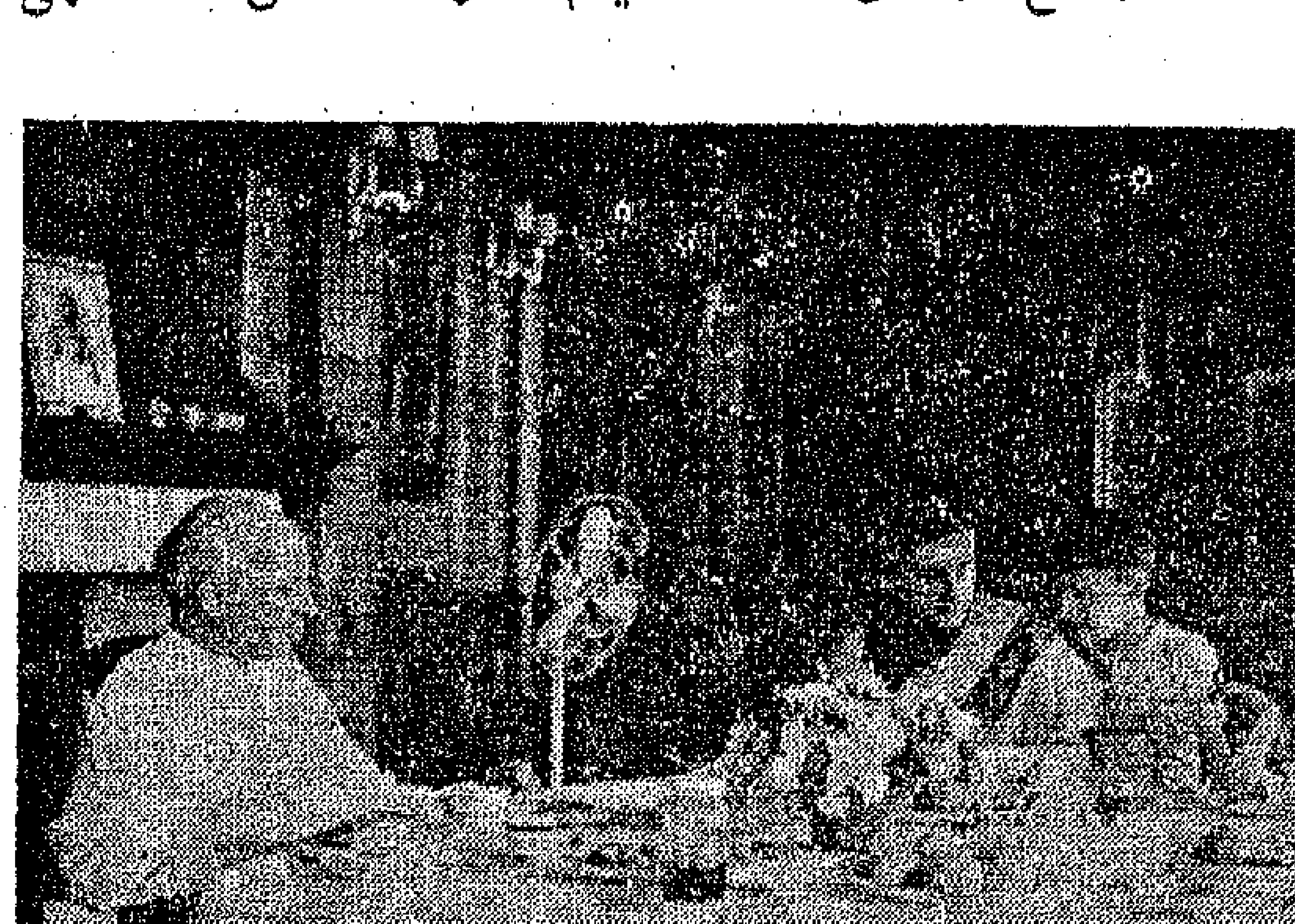
تعتبر السيدة انديرا غاندي كريمة السيد جواهر لال نهرو رئيس وزراء الهندوستان في أوائل سيدات المجتمع الهندي ...

وهي وحيدة والدها . ومنذ وفاة والدتها تعتبر المسئولة الاولى عن ترتيب منزله وحياته وهي مهام صعبة ازاء رجل مثل نهرو الذي يعتبر من الشخصيات الاولى في العالم

ويعتبر منزل نهرو مجمعا لكل قادة الفكر والرأي ورجال الاعمال والسياسة والادب، والسيدة انديرا هي التي تواجه كل هذا السيل الذي لا ينقطع من الشخصيات وتقوم بواجبات الضيافة خير قيام . وفضلا عن ذلك فهي تنوب عن والدها في كثير من المؤسسات الاجتماعية .

وهي زوجة لصحفي مشهور وأم لطفلين جميلين يدعى أكبرهما راجيف ، والثاني سانجايا . وهي تقول انها لا تضع في ذهنها في كل ما تقوم به سوى هدفين : النظام والبساطة . وتتمثل الديموقراطية الحقة في تربيتها لابنائها وهي تعنى بهما عناية تامة رغم أن ادارة منزل كمنزل نهرو تعتبر عملا شاقا في حد ذاته .

ومن الملاحظ انه لا يوجد عظيم الا وخلفه امرأة تعنى به وتوفر له الراحة وتقوم بكل المهام التي يطلبها منها، ان المرأة الصالحة لا بد أن تصنع المواطن الصالح .



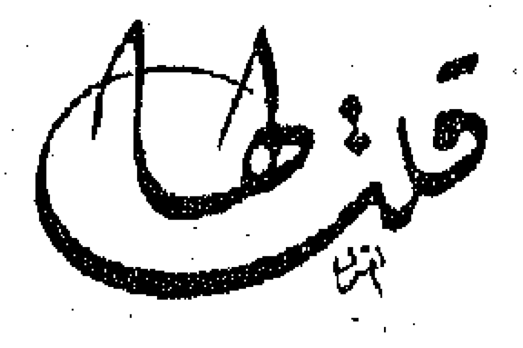
على مائدة الافطار جالس نهرو مع وحيدته انديرا وابنها .



في حديقة منزل رئيس الوزراء جلست السيدة غاندي تلاعب ولديها راجيف وسنجايا

قالت لي

انه لم يعد الصديق الذي كنا نعرفه منذ اكثر من خمس عشرة سنة .. الصديق الذي يصرف اكثر من ربع مرتبه على اقتناء الكتب وشراء الصحف والمجلات . كانت حياته قراءة وكتابة وبحثا وتنقيبا في الوثائق وفي غيرها وكانت سعادته تصل الى الذروة حين يعثر على حقيقة تاريخية كانت مغلقة على غيره .. كان ان سافر طلبا للصحة والراحة نسي الغرض من سفره وعاود سيرته الاولى من القراءة وكتابة المذكرات .. أما اليوم فقد تبدل حاله تماما . فهو لا يقرأ الا الكتب التي تبحث في تكوين الثروات والمشروعات التي تدر الاموال على اصحابها. انه يدرس اليوم مشروع فتح محل لبيع المثلجات بعد ان كان لا يفكر الا في تأليف الكتب وتدبيج المقالات ..



ان من حق هذا الصديق ان يعيش كما يعيش غيره من الناس . لقد ادرك بعد جهاد دام سنين ان البحث في الكتب والاضابير لا يطعم صاحبه الا الكفاف ولا يؤمن مستقبله من العوز . فلو بذل في مشروعه الجديد نصف المجهود الذي كان يبذله في الماضي لوصل الى بغيته من الكسب الحلال والحياة الرغدة التي حرمها في ريعان الشباب .

خليل صابات



صحن اليوم

الكوارع باليخني
سلطة خضار
شمام

الكوارع باليخني

زوج كوارع كندوز	رطل طماطم
رطل طماطم	ملعقتين كبيرتين حمص
نصف رطل بصل	ملح وفلفل · بهار
ملعقتين كبيرتين سمن	قليل من الشطة

الطريقة :

١ – نظفي الكوارع واسلقيها سلقا جيدا حتى تنضج تماما ثم اخليها من العظم

٢ – قطعي لحم الكوارع بسكين حاد الى قطع صغيرة في حجم البندق ·

٣ – اعملي اليخني بالطريقة المعتادة وهي أن تفرمي البصل رفيعا ثم حمريه في السمن حتى يصفر لونه فيضاف الفلفل والبهار ويكمل التحمير · ثم أضيفي اليه عصير الطماطم وتترك حتى تنضج وتتسبك ثم أضيفي اليها قليلا من الماء · وأخيرا اغسلي الحمص ويضاف الى اليخني ويترك لينضج ·

٤ – أضيفي قليلا جدا من الشطة · ثم الكوارع المقطعة وهدئي النار وغطي الاناء واتركي الجميع يتسبك ·

٥ – عند التقديم تغرف في طبق صيني مسطح وتقدم للاكل ساخنة ·

صينية الباذنجان الاسود المحشو

المقادير :

أقة باذنجان اسود عروس صغير جدا	نصف رطل بصل
رطل لحم ضأن مفروم	قليل من الثوم
ربع رطل سمن أو لية الخروف	ملح وفلفل وبهار
رطل طماطم	قليل من المكسرات اذا رغب فيها

الطريقة :

١ – انزعي كؤوس الباذنجان الخضراء ثم اسلقيه سلقا بسيطا في ماء مغلي ثم ينشل من الماء واتركيه حتى يبرد

٢ – يشق الباذنجان طوليا صغيرا من الجنب · ثم يقور ويزال اللب

٣ – اعملي عصاج وذلك بأن تفرمي البصل وتحمر قليلا في السمن أو في لية الخروف بعد تقطيعها الى قطع صغيرة جدا وعندما يصفر لون البصل أضيفي اليه اللحم المفروم والملح والفلفل والمكسرات بعد تقطيعها الى قطع صغيرة ويمكنك الاستغناء عنها

٤ – احشي الباذنجان بالعصاج المذكور ثم يرص بعضه بجانب بعض في صينية

٥ – صفي الطماطم وتضاف الى الباذنجان السابق وضعيها في فرن هادىء حتى يتم نضج الباذنجان وتتسبك الطماطم

٦ – عند التقديم تقدم الصينية كما هي على المائدة بعد وضعها فوق طبق أو ترص وحدات الباذنجان بجانب بعضها فوق طبق صيني مستطيل ويصب حولها الصلصة المتخلفة وزخرفي الطبق بقطعة من المقدونس ويقدم للاكل ساخنا ·

اللحم البارد

من أصناف اللحوم المستحبة في الصيف لا سيما في وجبة العشاء ويقدم مع حلقات الطماطم وأوراق الخس ، كذلك يمكنك استعماله في رحلاتك في الساندوتش أو في عمل ساندوتش منه في حفلات الشاي ·

المقادير :

رطل لحم مشفي بتلو صغير أو ضأن صغير جدا أحمر ومن الفخذة
٣ شرائح من البقسماط الناشف
نصف كوب لبن مغلي ثم يترك ليبرد
ملح وفلفل وبهار
قليل جدا من عصير البصل

الطريقة :

١ – اغلي اللبن واتركيه حتى يبرد تماما · ثم انقعي فيه شرائح البقسماط وتترك فيه حتى تلين وتتشرب جميع اللبن

٢ – افرمي اللحم مرتين أو ثلاثا حتى ينعم تماما أو تدق في الهاون اذا احتاج الامر ثم أضيفي اليه الخبز المنقوع في اللبن والملح والفلفل والتوابل وعصير البصل واضبطي الطعم

٣ – ادهنى قالب كيك مستطيل دهناً جيداً بالسمن ثم ضعى فيه اللحم ويساوى جيداً

٤ – يخبز فى فرن متوسط الحرارة حتى ينضج اللحم ثم ينزع من الفرن

٥ – اتركى قالب اللحم فى مكان هاو حتى يبرد ثـم ضعيه داخل الثلاجة أو حول الثلج حتى يبرد تماما ويجمد ويتماسك فى بعضه ، ويستحسن عمل هذا الصنف قبل أكله بمدة طويلة تسمح بتثليجه أو عمله قبل أكله بيوم

٦ – عند التقديم اقلبيه من القالب وقطعيه بسكين حاد جدا الى شرائح رفيعة وترص الشرائح فى طبـــق صينى مسطح مستطيل ويزخرف حوله بحلقات من الطماطم وأوراق الخس ويقدم للاكل بارداً مع سلطة الخضر

سوفلية الشيكولاته

من أصناف الحلوى المثلجة المستحبة كثيرا فى فصـــل الصيف وهو لذيذ الطعم وسهل العمل ويمكنك تقديمـه فى ولائمك كصنف من أصناف الحلوى الراقية كذلك يمكنك تقديمه لزائريك بعد الظهر فى فصل الصيف .

المقـــادير :

- ٤ بيضات
- ٣ ملاعق شوربة سكر بودرة
- كوب كريمه لبانى
- قليل من نقط الفانيليا
- أوقيتان شيكولاتة
- ربع كوب لبن
- نصف أوقية جيلاتين
- ٣ ملاعق ماء

الطريقـــة :

١ – افصلى صفار البيض عن زلاله .

٢ – ضعى صفار البيض فى سلطانية وأضيفى اليـــه سكر البودرة واضربيه جيدا بمضرب البيض السلك فوق حمام مائى حتى يبيض لون البيض ويغلظ قوامه لدرجة اذا رفعت المضرب ونزل منه المزيج ترك له أثر فوق السلطانية

٢ – أذيبى الشيكولاتة فى مقـــدار اللبن . وأذيبى الجيلاتين فى مقدار الماء فوق النار الهادئة ثم ترفع من على النار وتترك لتهدأ .

٣ – ضعى الكريمة اللبانى فى سلطانية واضربيهـــــا بالمضرب حتى تغلظ قليلا واحذرى تجمدها

٤ – أضيفى الشيكولاتة المحللة الى مزيج السكر والبيض ثم أضيفى الكريمة المخفوقة وامزجى الجميع بخفة جـــدا واحذرى الضرب الشديد .

٥ – أضيفى الجيلاتين السائحة مع ملاحظة أن تكون دافئة قليلا وتضاف ببطء على هيئة « سرسوب » مع الاستمرار فى التقليب حتى تختلط بجميع المزيج خلطا تاما .

٦ – اضربى زلال البيض ضرباً جيداً حتى يجمد وأضيفى اليه الفانيليا وأضيفيه بخفة الى الخليط السابق مع ملاحظة التقليب جدا والا خرج الهواء من المزيج وتلف

٧ – صبى المزيج فى قالب السوفليه الخاص واذا لم يكن لديك فاستعيضى عنه بطبق بللورى عميق ويملأ حتى حافته النهائية ثم ضعيه فى الثلاجة أو حول الثلج حتى يجمد

٨ – عند التقديم زخرفى السطح بوردات صغيرة من الكريم شانتيه والفستق المفروم ويقدم للاكل مثلجا

ملحوظة : يمكنك صب المزيج فى كاسات بللورية بعدد الآكلين بدلا من صبه فى طبق واحد .

طعامك في يوليو

الخميس أول يوليه
محشو ورق العنب ، بطاطس مكمورة ، سلطة زبادى ، فاكهة

الجمعة ٢ يوليه
فاصوليا خضراء مكمورة ، أرز مفلفل ، سلطة خضار، فاكهة

السبت ٣ يوليه
باميا مكمورة ، أرزمفلفل، سلطة خيار ، فاكهة

الاحد ٤ يوليه
البشاميل ، مكرونة صينية الباذنجان بصلصة طماطم ، سلطة خضار

الاثنين ٥ يوليه
فول نابت باليخنى ، سلطة خضار ، فاكهة

الثلاثاء ٦ يوليه
لحم بوفتيك ، كوسة مكمورة ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة

الاربعاء ٧ يوليه
لحم بالدمعة ، ملوخية ، أرز مفلفل ، فاكهة

الخميس ٨ يوليه
فاصوليا جافة مكمورة بدون لحم ، مكرونة ، سلطة خيار ، فاكهة

الجمعة ٩ يوليه
تورلى ، أرز مفلفل ، سلطة زبادى ، فاكهة

السبت ١٠ يوليه
لوبيا خضراء مكمورة ، أرز مفلفل ، سلطةطحينة فاكهة

الاحد ١١ يوليه
كوارع باليخنى ، أرز مفلفل ، سلطة طحينة ، فاكهة

الاثنين ١٢ يوليه
باذنجان مقلى ، سلطة زبادى ، باذنجان بالخل والثوم ، فاكهة

الثلاثاء ١٣ يوليه
صينية بطاطس باللحم ، مكرونة ، سلطة خضار، فاكهة

الاربعاء ١٤ يوليه
صينية الباذنجان الاسود المحشو ، أرز مفلفل ، سلطة زبادى ، فاكهة

الخميس ١٥ يوليه
باميا ويكه ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة



لا تسافرى قبل أن تفكرى

السفر بالنسبة للزوج هو اعادة فحص السيارة ان كانت لديه سيارة والاهتمام بملابسه وحاجاته الخاصة ·

وضع الكتب والكراسات فى الادراج ·

والسفر بالنسبة لك هو قفل الشقة ·

هل تسمحين ايتها القارئة العزيزة أن نتجول معا فى أنحاء المنزل لكى نستعد لاقفاله ؟ خذى اذن ورقة وقلما ، هل أنت مستعدة؟ لنبدأ اذن ·

• المرآة ؟ نظفيها وادعكى بروازها الذهبى بقطنة مغموسة بمحلول ماء البصل ويمكنك الحصول عليه بغلى اثنتى عشرة بصلة مقشرة فى ثلاثة لترات من الماء لمدة ساعة · ان البرواز سيظل لامعا طوال الصيف ·

• ضعى البيبلوهات وأوانى الزهور بعيدا عن الغبار ·

• غلفى الاباجورات بورق الحرير والسيلوفان ·

• اغسلى الستائر وضعيها فى الادراج فى انتظار عودتك ·

• انزلى أيضا الستائر المبطنة وانفضيها جيدا أو انزلى عنها الغبار بالمكنسة الكهربائية ثم ضعيها فى الصناديق أو الادراج الى أن تعودى ·

• اغسلى ملايات السراير · وانتهزى فرصة غيابك لاعادة تنجيد المفروشات ان كانت فى حاجة الى ذلك · أما ان كانت فى حالة جيدة فما عليك الا تنفيضها ورشها بمسحوق مبيد للعتة ·

• افتحى دواليبك · انها تحوى جزءا من ثروتك · اخرجى الملابس وفرشيها واعيدى النظر الى الازرار والبطانة فليس أثقل علينا نحن النساء من اعادة خياطة عشرين أو ثلاثين زرا · رشى بعد ذلك الدواليب بمحلول مبيد للحشرات · فان عدت من مصيفك وجدت ملابسك على خير ما يرام ·

• ومعطفك الفراء ؟ هو أيضا رأسمالك · انفضيه ونظفيه ورشى فيه المستحضر المبيد للحشرات شأنه فى ذلك شأن سائر الملابس

• أما التريكو والملابس الصوفية فعليك بغسلها وتجفيفها ثم وضع النفتالين فيها

• وان انتقلنا الى السجاد وجدنا انه فى حاجة الى مجهود أكبر استعملى فى تنظيفه المكنسة الكهربائية أو النفاضة وأزيلى البقع من عليه بمسحه بخرقة مغموسة بماء وامونياك « ملعقة قهوة فى لترين ماء » · لفى السجادة على نفسها وغلفيها بالورق · انها ستكون بمنأى عن الغبار والعتة ·

• استعملى نفس الطريقة بالكراسى والمقاعد : انفضى أو نفضى بالمكنسة الكهربائية ثم أزيلى البقع وضعى مسحوقا مبيدا للحشرات ·

• هل لديك «بيانو» ؟ افتحيه ورشى فيه مسحوقا مبيدا للحشرات

لقد انتهينا الان من الغرف الرئيسية للمنزل · هيا بنا الى المطبخ · ان عملا هاما فى انتظارنا هناك ·

لن يظل أحد فى المنزل أثناء غيابك · فى استطاعتك اذن أن تلمعى الفضيات والكسرولات وأن تغلفيها بعد ذلك فى ورق أسود ان اردت أن تجديها لامعة بعد عودتك · أما البوفيه أو النملية فيجب ألا تحتوى الا على بطرامانات أو علب من الصفيح توضع فيها الحبوب التى تستطيع أن تنتظر عودتك · أما سائر المأكولات فيجب أكلها أو التصرف فيها قبل الرحيل

وان كنت لا تسكنين احدى هذه العمارات التى تلقى فيها القمامة أوتوماتيكيا فلا بد لك من غسل صندوق القمامة جيدا بالبوتاس ·

• اقفلى الان عداد الكهرباء والغاز والماء ان أردت ألا يحدث حادث للشقة أثناء غيابك ·

وفى يوم سفرك قومى بجولة فى أنحاء المنزل واقفلى الابواب والنوافذ · ولا تنسى وأنت تحيين البواب أن تتركى معه عنوانك فى المصيف ليحول اليه خطاباتك ·

بنت النيل تحل مشاكلك

لى حق فى الحياة !

تزوجته منذ خمس سنوات وهو الان فى الخمسين من عمره بينما لم أتجاوز أنا الرابعة والعشرين .. ومشكلتى تقوم على اتساع الفارق بين طبعينا فهو انسان زاهد فى متاع الحياة كل آماله أن يتمكن من انفاق باقى عمره فى صحراء بعيدة عن أضواء المدنية وعمران البشر .. أما أنا فشابة مرحة متفائلة أحب الحياة وأنفر من الوحدة التى يحاول فرضها على .. هذه صورة سريعة لنوع الحياة الحزينة الموحشة التى أحياها الى جوار هذا الزوج العابس الذى لا يريد أن يذكر أن لشبابى حقا عليه وعلى الحياة .. وبعد ألا ترين ياسيدتى أن مواصلتى تحمل هذه الحياة تعد تضحية لا يوجد ما يبررها ؟

سونيا ــ عمره

بنت النيل : قد تكون حياتك اليوم مأساة .. وقد يكون بقاؤك الى جوار هذا الزوج تضحية كبيرة .. ولكن الذى يجب أن تذكريه هو انك مسئولة عن نتائج هذه الزيجة غير المتكافئة .. فقد كان عليك أن ترفضى من قبل الزواج من رجل فى سن والدك !.. أما الان فليس أمامك مفر من احترام واجبك نحوه فهو زوجك .. الا اذا كنت تعلمين أن تمرد مشاعرك قد بلغ الحد الذى يهدد اخلاصك له .. ففى هذه الحالة يكون الانفصال أكرم لك وله !



بين العقل .. والقلب !

أحببته بكل مشاعرى رغم الفارق بين مستوانا فهو يعمل « تمرجيا » عندطبيب كبير يجاورنا فى المسكن.. وزاد فى اعجابى به مايتمتع به من خلق عال وسمعة طيبة.. وزاد المشكلة تعقيدا أن تقدم لطلب يدى طبيب من أقاربى فأصبحت فى حيرة من أمرى لا أقوى على مخالفة قلبى والتنكر للرجل الذى أحببته لا لذنب سوى أنه يعمل تمرجيا ولا يرتفع الى مستوى الطبيب الذى يخطبنى بينما لا أقوى على مصارحة أسرتى بحقيقة مشاعرى ، فأنت تعلمين كيف تسلب الفتاة حريتها فى بيت أبيها وينكر حقها فى تقرير مصيرها .. هذا الى جانب اننى لا أتفاءل بمستقبلى مع هذا الطبيب الذى لا أجد فى شخصى من المؤهلات مايحمله على احترامى والاهتمام بى اذا تزوجته ؟

ف ــ ٤ ــ دقهلية

بنت النيل : بودى يا صغيرتى لو استطعت أن أشير عليك بالانتصار لحق قلبك عليك، فاننى أؤمن أن الحب هو عماد السعادة الزوجية ولكن ما حيلتى والفوارق الاجتماعية فى مجتمعنا الشرقى وغير الشرقى هى التى تكيف ارادتنا وتحدد سعادتنا .. قد تعجبين لو علمت ان الاعتبارات الادبية هى وحدها التى يؤخذ بها فى ٩٥ فى المائة من زيجاتنا .. ولن تكونى أول أو آخر فتاة تخضع لهذه الاعتبارات ، ولا تنسى أن تدخلى فى اعتبارك أن مثل حبك قد يكون نزوة طيش لا تلبث أن تزول

الفقر حشمة .. أحيانا !

عندما تزوجته لم يكن راتبه يزيد على الستة جنيهات ، ونظرا لصلة قرابته لى تحمل والدى أكثر تكاليف الجهاز كما تحمل راضيا معاونته لزوجى فى التزامات حياتنا واحتياجات أطفالنا.. ولكنه الان قد زاد دخله وتحسنت ظروفه فقد تغيرت طباعه ومعاملته لى ولاولادنا فأصبح يقسو فى معاملتنا الى حد لا يحتمل ولم يعد مركزى فى بيتى يفضل مركز الخادم فى بيت مخدومها رغم حرصى على توفير كل حقوقه على وعلى أن أكون له الزوجة المثالية ..

ولما فاض بى الالم بدأت أفكر فى الانفصال عنه وترك البيت والاطفال له والبحث عن عمل يكفل لى عيشا شريفا هادئا ، فهل تقرين هذا الاتجاه ..؟

ف. الدقهلية

بنت النيل : اذا كان اتساع رزقه هو سبب تغير طباعه فهو اما أن يكون انسانا تافها يرى فى اقبال الدنيا عليه سببا يرفعه فوق من حوله .. أو لعله كان يستشعر فى معاونة والدك له من قبل نوعا من النقص فى شخصيته يحاول الان عن قصد أو غير قصد تعويضة فى الاسراف فى القسوة عليكم لاظهار قوته وسلطانه

مشكلة كل يوم ..

فى هذا العصر الذى نجاهد فيه للتخلص من جميع القيود التى تقيد حرية الانسان فى اختيار مصيره .. ما زلنا نحن شبان القرن العشرين نعانى ذات المشكلة التى كانت تواجه آباءنا عند اختيار شريكات حياتهم .. اننى اريد رأيك فى مشكلة خاطب مثقف يحرم عليه رؤية الانسانة التى ستقاسمه حياته ومستقبله .. اننى أحترم ولا شك حرص أسرتها على حمايتها فان ذلك يطمئننى على سمعة من اخترتها ولكن الا يعد الاسراف فى التحفظ عليها نوعا من العبودية يغرى الزوج على عدم احترام حرية زوجته التى تعود ان يراها مسلوبة الحرية من بين أسرتها لا تملك من أمر نفسها مجرد النظر ــ فضلا عن التحدث ــ الى الرجل الذى ستحمل اسمه وتهبه كل حياتها ومشاعرها يوما !

ج ــ ز المحامى

* * *

استفسار الشهر الماضى :

أعجبتنى اجابة قارئة على مشكلة العدد الماضى .. وهى تتلخص فى وجوب انتظار الاختين بعض الوقت فان جمال الصغرى سيكون شفيعها لدى الخطاب فى أى وقت .. فى حين أن الانتظار ربما اسفر عن تقدم خاطب للاخت الكبرى فالمثل العامى يقول « كل فوله ولها كيال » !

وفى كلتا الحالتين أنصحك بالاهتمام بمعالجة الامر بدل التهرب منه • على الاقل من أجل أولادك • ابدئي بكتم مشاعرك فلا تبكى أمامه ولا تغضبى ولا تهتمى بثورته فان ذلك كفيل بتضييع لذته فى محاولته اذلالك وهذا هو علاج المصابين مثله « بالساويزم » التلذذ بايذاء الغير •

حب •• بلغة التجارة !

تعرفت به عن طريق ترددى على محله التجارى• ، وهو رجل كبير السن وأنا فتاة دون العشرين •• ورغم انه لم يفاتحنى فى الزواج الا أنه لا يكتم حبه لى وعطفه على ، وحدث أن التحقت بوظيفة فى بلد آخر••فكان يراسلنى •• ثم انقطعت رسائله فجأة بضعة شهور عاد بعدها فأرسل لى خطابا يعتذر عن انقطاع مراسلته بسبب ظروف سيئة •• وفى رسالة أخرى أرسل يطلب منى معونة مالية رغم انه فى حالة مالية متيسرة كما أعلم •• فأرجو أن تساعدينى يا سيدتى فى تفسير تصرفاته هذه •• وفى تحديد الطريق الذى يجب أن أسلكه معه ؟

حائرة

بنت النيل : رأيى أنه اما أن يكون صادقا فى طلب معونتك بسبب أزمة مالية من تلك التى تمر بالتجار فى بعض الاحوال •• واما أنه يريد اختبار شعورك ومدى ثقتك منه •• لذلك فأننى أشير عليك بعدم جرح شعوره أو التنكر له فى ظرف التجأ فيه اليك •• أما عن الزواج منه فاننى لا أميل الى تشجيع مثل هذا الزواج بين رجل مسن وفتاة على أبواب الحياة •• وخاصة اذا كانت علاقتكما قد بدأت بهذا الاسلوب التجارى !



من خلف المحيط

لم أكن أتخطى الثانية عشرة من عمرى حينما استشعرت حبه يملك على مشاعرى وهو قريب لى كان يتردد على منزلنا بحكم هذه القرابة •• ومنذ خمس سنوات سافر هو ووالده الى أمريكا واستقرا بها •• ومنذ سفره وأنا أعانى من الشوق المبرح له •• وبلغ تعلقى به الى حد جعلنى أرفض يد جميع من تقدم للزواج منى رغم انقطاع الصلة بينى وبينه ولولا أمل بارق زاد من حيرتى وانشغالى •• هو أن والدته صرحت لنا بأنها أرسلت له منذ شهر تطلب منه الزواج منى •• ولكن الايام مضت دون أن يصل جوابه •• وأغلب الظن انه لن يصل •• فان الصورة التى سافر بها لا تشجع رجلا يعيش فى أمريكا على الزواج منى فقد كنت وقتها فتاة صغيرة غير مكتملة الانوثة أو التعليم بعكس اليوم •• فما الحل الذى ترينه لمشكلتى •• ان آمالى متعلقة بجواب منك !

آنسة بائسة ـ صيدا

بنت النيل : الحل هو أن ترغمى نفسك على التخلى عن التفكير فيه فان كل الظروف التى جاءت فى رسالتك تشير الى انقطاع الامل فى اتمام زواجك برجل يعيش فى العالم الجديد •• منذ سنوات لم يذكرك فيها •• لا لنقص فى شخصيتك كما تتوهمين •• ولكن لان طبيعته قد تغيرت بتغير ظروف البيئة ، كونى شجاعة وانسى حب الطفولة •• فالمستقبل فسيح أمامك وتكوين أسرة يحتاج لاسس أقوى من الاحلام •

ردود قصيرة :

١ ـ ش•ع : لا تيأسى •• فان يد الطب اليوم قد توصلت الى اصلاح كل ما يفسده البشر ••



الى رجاء •م الاسكندرية :

ستعنى الدكتورة دريه شفيق بتوصية زميلاتها فى الاسكندرية بالبحث لك عن عمل وستتصل بك بمجرد توفيقنا فى ذلك ••

الى فتاة الطب

لقد تأثرت الدكتورة دريه كثيرا برسالتك وترجو حضورك الى دار بنت النيل لمقابلتها والتفاهم معها •

الى المعذب و•ع•و :

ان مشكلتك من هذه المشاكل التى لا حل لها لان الطبيعة لا تتغير •• ورأيى أن تتعاون واخوتك على مقاطعتها فى اجماع وانذارها بالاستمرار فى ذلك حتى تهذب من أسلوبها •• فلعلها تقلل من غلوائها ••

الى رئيسة التحرير

اكتب لك ياسيدتى وقلبى يكاد ينفطر ألما وخجلا مما سأحدثك به .. وهل هناك ما يؤلم مثل اضطرار الانسان الى التحدث عن اعوجاج سير أمه !

انها ـ سامحها الله ـ رغم تجاوزها الخامسة والاربعين من عمرها ورغم وجودنا حولها أنا ابنتها المتزوجة ـ وأبى واخواى الطالبان بالجامعة .. فانها لا تتحرج من اهدار سمعتها وقداسة أمومتها على مرأى ومسمع منا جميعا مستغلة فى ذلك تساهل والدى الزائد ..

لكم أرتعد ياسيدتى كلما تخيلت مجىء اليوم الذى تتطاير فيه الاقاويل عن سمعة أمى الى مسامع زوجى فتنهار ـ كرامتى وسعادتى ..

اننى اذ أطلب مشورتك اليوم فانما افعل ذلك بعد أن فشلت جهودى انا واخوتى لاصلاحها فانها تثور وتهددنا بالطرد يعاونها فى ذلك أبى الذى يدهشنى أنه يغمض عينيه راضيا عما يدور حوله رافضا كل نصيحة تقدم له فى ذلك حتى ساءت معنوية أخوى الى درجة خطيرة .

الحائرة : س

* * *

بنت النيل : اننى أفهم انه ليس أدمى على النفس من مواجهة آثام هؤلاء الذين كان يجب ان نقدسهم ونترسم هديهم•• ولكننى أرى ان موقف والدك حيالها يدل على انه يعانى نوعا من النقص هو غالباً سبب انحرافها وقسوتها لذلك أرى أن السبيل الى اصلاحها ليس بالزجر ولا النصيحة .. وليس عن طريق زوجها .. بل عن طريق اثارة العواطف النبيلة فيها وبواسطتك أنت بالذات لانك امرأة مثلها وحبذا لو أمكن استهلاك طاقتها فى عمل خيرى أو هواية مرهقة أو الانتساب الى جمعية دينية .





استأنفت سينما مترو بالقاهرة يوم الاربعاء ٩ يونيه سنة ٩٥٤ الحفلات النسائية بالاشتراك مع ماكس فاكتور هوليود المؤسسة الرسمية للماكياج الخاصة بصناعة السينما بهوليود . وقد عرض على الشاشة درس ماكياج فى انسجام الالوان مصحوب بشرح مختلف أدوار الماكياج .

وقد بدأ الدرس بتنظيف البشرة بماكس فاكتور هوليود كلينزنج كريم وهو كريم لازالة الماكياج ناعم دهنى والسكين فرشنر مقو ومنعش للوجه . ثم وضعت قاعدة الماكياج « انفيزيبل ميك أب فونديشن » الذى يستخدم كقاعدة مثلى للماكياج ويحمى أيضا البشرة من مضار الريح والغبار والشمس .

وبعد هذا الاعداد للماكياج وضع البان ستيك الماكياج ـ كريم الجديد ماكس فاكتور هوليود الذى نال اعجاب الحاضرات لسهولة استعماله وحسن نتائجه .

وشكل الوجه بعد ذلك بوضع المسحوق الدسم وزيد سحر العينين وظهر بريقهما بالمسحوق الخاص بالجفنين . أما البودرة فتعطى اللون اللازم لمجموع الماكياج بانسجامها مع لون البشرة ولون البان ستيك الموضوع قبلا . ثم يأتى بعد ذلك المسحوق الكثيف لتثبيت لون الوجه نهائيا .

ويستكمل ماكياج العينين بقلم الحاجبين وكوزماتيك الاهداب . ويعلى أحمر الشفاه من شأن مجموع الماكياج بلونه المثالى وطريقة وضعه بالفرشاة الخاصة .

وأتبع الدرس بسحب يانصيب على علب جميلة للماكياج جلبت السرور الى قلوب اللواتى سعدن بربحها .

وقد أظهرت الحاضرات شديد اهتمامهن بهذا الدرس الذى بسط لهن فن الماكياج الحديث كما تمارسه كواكب السينما فى هوليود .

وكان لمساهمة سينما مترو ونظامها أطيب الاثر فى نجاح تلك الحفلة النسائية .

لماذا لا نعطى قارىء الفن فى بنت النيل شيئا جديدا؟ لماذا لا نخصص جانبا من صفحات الفن فى كل شهر لباب جديد نأخذه أخذا من الحياة .. ونعطيه للقارىء الذى سيخيل اليه أنه يقرأ تمثيلية ...

ان الحوادث الطريفة التى سنقدمها فى هذا الباب ستكون دائما شيئا من الحياة ذاتها ، والحياة كما نعتقد هى الفن الاكبر وهى أول مسارح الوجود .

كان صاحبنا « ى » يعود من عمله المرهق ـ آخر الليل ـ لينام بضع ساعات يصحو بعدها ليبدأ عمله المرهق من جديد .

وصاحبنا «ى» أخذ طريقه الى موقف الاتوبيس فى ميدان العتبة لينقله الى حيث يسكن فيوفر أجر التاكسى الذى لا يعرف المناقشة فى الاجرة الا فى قسم البوليس ...

ونظر صاحبنا فوجد الاتوبيس مظلما وخاليا تماما فدفعه تعبه الى أن يستريح فيه حتى يأتى أتوبيس آخر يركبه الناس فيركب معهم الى حيث كان يريد .

وألقى جسمه الضخم على المقعد الذى غاص به فى قاع العربة ، وأسلم نفسه للمقعد فأسلمه تعبه للنوم العميق ....

ومع أضواء الفجر الاولى كان صاحبنا يستيقظ على



من البدو .. الى الحضر ..

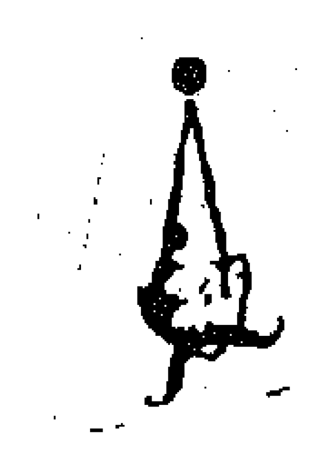
* * *

صوت خراطيم المياه وهى تغسل الاتوبيس . فقام مفزوعا يسأل : أين أنا ؟ فيسمع أحد عمال السيارات يجيبه بأن سيادته فى جراج شركة الاتوبيس ... وعند هذا فقط يدرك ان الاتوبيس المظلم كان سيأخذ طريقه الى الجراج وان السائق قد نقله الى الجراج مع السيارة دون أن يحس بأن سيادته يرقد فيها ...

وتحسس صاحبنا جيبه ، وعد القروش التى كانت فيه ، فاقتنع بأنه يلزمه أن يسير عدة أميال الى البيت سيرا على الاقدام ...

ترى ماذا تكون حادثته فى العدد المقبل ... من حوادث الحياة ؟

« القناع الاحمر »





مع .. أم كلثوم

سمعت أم كلثوم فى حفلة ختام موسمها ..

أحب أن أسأل الشاعر « أحمد رامى » : ماذا يرى فى أن تعيد أم كلثوم على أسماعنا أغانيها القديمة مرات جديدة ؟

ان كل مرة تغنى فيها أم كلثوم تضيف الى فنها شيئا جديدا، وتتركه ذخيرة غالية لعشاق الفن الاصيل هل سمعتها معى وهى تغنى «سلوا كؤوس الطلا ...»؟ كان شيئا فوق التصور.. أليس كذلك ؟

ماذا لو سمعناها تغنى : «ان كنت أسامح ..»؟

لا جدال فى أن رامى الشاعر يحب أن يسمعها الان وهى تردد مقطوعاته القديمة التى امتزجت بتاريخ أم كلثوم الفنى فأصبحت شيئا من هذا التاريخ .

ولا جدال فى أن هذا الجيل يحب أن يسمع من أم كلثوم فى قمة مجدها الفنى ترديدا ملائكيا لالحانها الغالية التى يعمر بها كنز فنها السماوى .

ان أداء أم كلثوم لكلمات أغنية يجعل منها شيئا آخر تماما ، يجعل منها خلودا ويجعل منها شعورا بالجوهر المكنون لا بمظهر اللفظ أو جمال المعنى فقط

ويخيل الى انها تستطيع أن تهدى مكتبة أغانيها العظيمة شيئا كبيرا نحن فى حاجة اليه ، لو انها أعادت على مسامعنا بين الحين والحين أغنياتها القديمة التى حرم هذا الجيل من أن يسمعها من أم كلثوم العظيمة .

وذكرى العبقرى الفنان ...

احتفلت مصر منذ أيام بذكرى الاستاذ العبقرى نجيب الريحانى، تقديرا للرجل الذى صنع فى مصر فن السخرية الاجتماعية اللاذعة .

ولاول مرة نرى جامعة القاهرة تشترك اشتراكا عمليا فى مثل هذه الذكرى ، لمثل هذا الرجل ، اذ قررت اللجنة العليا للمسرح الجامعى فى هذه المناسبة انشاء جائزة تحمل اسم العبقرى الفيلسوف الفنان .

اننا نعرف أقدار الرجال عندنا ما فى هذا شك ، ونحن بوعينا العام وحاستنا القوية نستطيع أن ندرك من من الناس حاول أن يخدعنا ، ومن منهم أفنى عمره بحق فى سبيل اهدائنا ما لم تستطع ملايين العقول أن تهدينا من عصارات الفكر الراجح ولمحات النظرة العميقة وأداء المقدرة الممتازة على اجابة الفكرة الصائبة شيئا حيا يكتب له الخلود .

أن عبارة واحدة من عبارات نجيب الريحانى فى تمثيلياته الرائعة ، أو حركة واحدة من حركاته على المسرح ، أو ضحكة من ضحكاته أو دمعة من دموعه التى كانت تجريها الحقيقة الكامنة فى نفسه الكبيرة على وجهه المحتقن بالجهد ، أن شيئا واحدا من هذه الاشياء يكفى وحده ليكتب لفن الريحانى الساخر أن يبقى ، وليكتب لاسمه الخلود .

حين احتفلت مصر بذكراه كانت تحتفل بذكرى مولد مدرسة فنية من الطراز الاول ، يندر أن تجود الايام بأساتذتها العظام .

لا يزال مكان الريحانى من المسرح خاليا .. اليس كذلك ؟ .. أغلب الظن انه سيبقى خاليا لزمن طويل ، يعرف الله وحده كم يطول ..

الى وزير الانتاج السريع

للفن عند وزير البلديات ــ وزير العمل السريع المنتج ــ رجاء ، هو أن يضع حاجة الفن الى مسارح فى برنامج انتاجه السريع .

ان الرجل الذى يحقق الاحلام قبل طلوع الشمس هو الرجل الذى يستطيع أن يحقق للفن هذا الرجاء .

القاهرة..عاصمة الشرق .. وزعيمة أفريقيا..وقائدة لواء الفكر الانسانى منذ فجر التاريخ ... ليس فيها مسرح يستحق الجهد الذى يبذل فى سبيل احياء الفن المسرحى !

ان دار الاوبرا لم يعد يوائم حاجة العصر وان كان يوائم حاجة التاريخ..

ومسرح الازبكية فى حاجة الى أربعة امثال المساحة التى يقوم عليها ، وفى حاجة الى اصلاح منذ كتب فى واجهته بيت شوقى الشاعر :

وانما الامم الاخلاق مابقيت

فان هموذهبت أخلاقهم ذهبوا

ان المسارح لم تعد أداة تسلية ولكنها فى كل مكان مدارس التوجيه الخلقى والارشاد الوطنى ومدارس النهضة الشاملة بكل مناحى الحياة .

ومن حق القاهرة أن تكون فيها المسارح اللائقة ، ومن حق الاسكندرية ، ومن حق كل عاصمة فى كل اقليم أن يكون فيها المسرح اللائق .

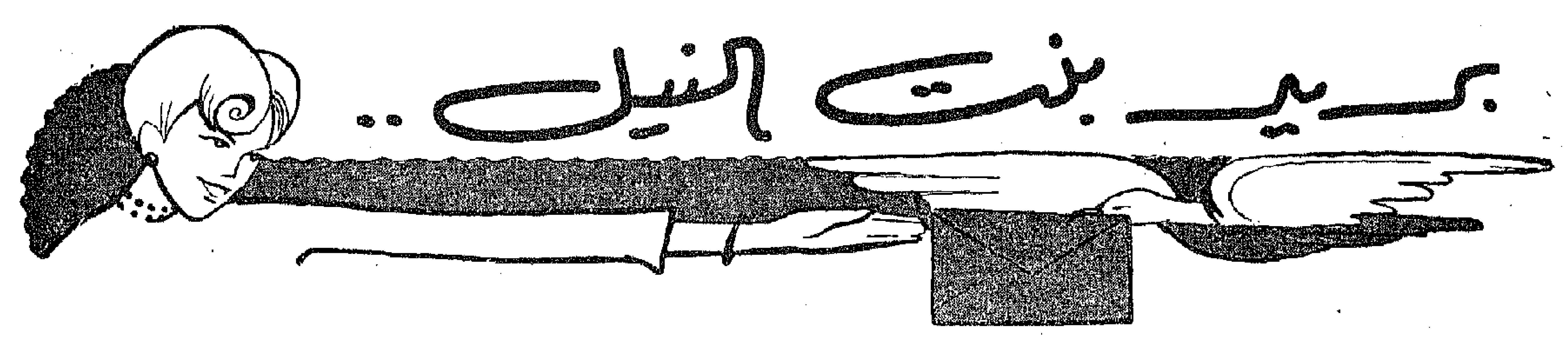
فماذا يرى السيد وزير البلديات .. وزير الانتاج السريع ؟

يوسف فهمى



صباح

ظل خفيف بين الفنانات الابهات ، لاجدال فى انك تعجب بها مغنية وتعجب بها ممثلة ، وثق دائما أن مكرها لا يغير شيئا من أنها خلقت للفن الذى تتقنه ..



بريد الاطباء

يجيب على هذا البريد طبيب بنت النيل الخاص

سميحة بالسويس :

الحمى الروماتزمية غير معدية .

التعسة :

التمرينات الرياضية تساعد على اصلاح هذا العيب .

٢ – يجب الاقلال من الدهنيات .

آنسة مديحة ابراهيم – المنصورة :

اعرضى نفسك على طبيب أمراض جلدية .

بثينة أبو الذهب – كفر الدوار :

اعرضى شقيقك على الدكتور حندوسة ٢٨ شارع فؤاد الاول القاهرة .

عادل محمد شفيق بالسنطة :

امتنع عن أكل الحوادق والتوابل

س.خ.ع.

أمبول ايزندريل فى المفصل عند اللزوم

رجاء محمد

أقراص ساليسلات قرص بعد الاكل ثلاث مرات فى اليوم لمدة أسبوع وأقراص فيتامين ب كومبلكس ويحلل البول السكرى

مشتركة مريضة ف.ع.ج – طوخ

الوقاية خير من العلاج ولا تسبقى الحوادث

آنسة ن. وهبه

علاجك لا يحتاج لحقن أو عملية استعملى رباط كاوتش

ل.ع المنوفية

يحلل البول ثم يعمل اشعة وهى التى ستقرر كيفية العلاج اما بالادوية أو بعملية .

سهاد بشبرا

استعملى بارافين يحتوى على ٥ فى المائة جومينول كنقط للانف ثلاث مرات فى اليوم .

معهد فيرا (تفصيل وخياطه)



أتمت طالبات معهد « فيرا » للتفصيل والخياطة امتحانهن النهائى فى يوم ٢٠ يونية الماضى باحدى قاعات (هاوس هيبر) وترى فى الصورة مدام فيرا الحاصلة على دبلوم فنى (ديدن) من باريس ومسيو اسكندريان مدير المعهد ، والانستان كيتى وعنوش ، أثناء مراقبة الطالبات فى لجنة الامتحان

بريد الجمال

تجيب على هذا البريد اليزابيث أردن اخصائية التجميل

الحائرة المعذبة . فى الرصافة

بخصوص شعرك ارجوك الاتصال باخصائى فى الشعر حيث انه يجب أن يرى بنفسه فروة الرأس والجلد الخ .. وهذا مستحيل بالنسبة لنا أما بخصوص بشرتك فلا تستعملى بتاتا غسلها بالصابون والماء لانهما يضران البشرة فى مثل حالتك هذه ولا تحاولى « عصر » الجيوب التى فى الوجه بل استعملى « ميلكى ليكويد كلينسرا و سوز بلج كريم فى المساء وهما المستحضرات اللازمة لتنظيف وتنعيم البشرة .

وفى النهار استعملى سوزنج لوسيون وبوردة لحماية الجلد .

ونأمل ان تحصلى على هذه المستحضرات من بغداد حيث اننا لا نستطيع ارسالها اليك .

حاولى حماية جلدك من الشمس واستعملى كريم جيد .

وبالنسبة لشعرك انت فى حاجة ماسة الى « تدليك » لشعرك بمعرفة اخصائى .

ف. ذ. م باسيوط

استعملى بليتشنج كريم ويمكنك شراؤه من محلات شيكوريل بأسيوط

ا. ا. كفر سلامون

ارسلنا لك ردا خاصا بجميع البيانات المطلوبة

م. ع. س. بميت غمر :

نأسف لعدم استطاعتنا شرح البيانات المطلوبة حيث انها تحتاج الى صفحات كثيرة . ويمكنك عند حضورك للقاهرة زيارة صالوننا او اذا ذهبت الى طنطا زيارة محلات « عمر افندى » حيث تجدين البيانات والمعلومات اللازمة .

ف. م. المنيل

بخصوص البقع التى تظهر على كتفك ، ارجوك الاتصال باخصائى فى الجلد لمعرفة الدواء اللازم

آنسة ت. ش. – ميت غمر

ارجو من جميع القارئات اللائى يكتبن الى عن البقع التى تظهر فى اماكن مختلفة من أجسامهن ويقطن بعيدا عن القاهرة . ان يذهبن الى اخصائى فى أمراض الجلد لعمل العلاج اللازم . اما القاطنات بالقاهرة ، فالرجا حضورهن الى الصالون حيث يجب فحص هذه البقع جيدا قبل اية بيانات او نصائح او مستحضرات

ز. ع. السكاكينى :

للنمش استعملى ميلكى ميكويد كلينسو وموزينج لومشيون

آنسة انطوانيت غ. طنطا :

أشكرك على خطابك الرقيق والثقة فى مستحضرات اليزابيث اردن . وآسف اذ ان الدروس لا يمكن ان تعطى بالمراسلة . وتتوقف جميع الدروس التى تعطى باتحاد بنت النيل خلال فترة الصيف . هذا ، وخلال شهر اكتوبر او نوفمبر ستحضر مندوبة اليزابث اردن الى طنطا بمحلات « عمر افندى » يمكنك الاتصال بها عندئذ . ونحن لا نتدخل فى اصناف وماركات أى مستحضرات غير اردن .

ا. ب. ت. دمنهور

انى أقدر مدى اخلاصك وحبك لزوجك ولكن يجب على ان اعرفك ان الاخصائيين فى جميع انحاء العالم لم يتوصلوا بعد لمعرفة علاج لهذه الحالة بالذات . وحاولى الاتصال بالدكتور « ليفى ليتر » بالقاهرة ربما يمكنه مساعدتك .

م.٢ ن. حنا – شبرا مصر :

الرجا الاتصال بالصالون بالقاهرة او الذهاب الى اى محل من المحلات المعتمدة لبيع مستحضرات اليزابيث اردن حيث تجدين كل طلباتك .

ل.م. بالمنصورة – قارئة بنت النيل:

يمكنك استعمال مستحضر اليزابيث «سليك» وهو يفى بالغرض المطلوب

القارئة مديحة م. طنطا :

الرجا الذهاب الى محلات «عمر افندى» بطنطا حيث تجدين «سليك» لديه



آنسة ب. ك. بمغاغة :
اغسلي فستانك الكريب رومان الموشي بالقصب بالبنزين مرتين أو ثلاثا حتى ينظف ثم اعصريه جيدا في بشكير أو ملاءة حتى تستخلصي منه جميع البنزين . ثم علقيه في الشماعة وضعيه في الهواء الطلق حتى تتطاير الرائحة . وأنبهك الى اجراء هذه العملية بعيدا عن النار أو حرارة الشمس المحرقة .

جانيت لبيب ــ تلا :
اغسليها بالماء الفاتر ومذوب الصابون مرتين أو ثلاثة حتى تنظف . ثم اشطفيها في ماء دافىء مرتين أو ثلاثا حتى تتأكدي من ازالة الصابون تماما . ثم اعصريها في بشكير أو ملاءة للتخلص من أي ماء زائد بها . ثم انشريها في الهواء الطلق بعيدا عن الشمس . ولاحظي غسلها في يوم جوه معتدل

مديحة محمد بطنطا :
لا يمكنك الحصول على الكتاب الذى تطلبينه بأقل من الثمن الذى ذكرته . وأحسن نصيحة لك هي ان تتابعي اعداد مجلة بنت النيل وتحتفظي بها فسوف تحصلين على كتاب مفيد لك في الطهي . وفي شئون المنزل أيضا .

آنسة شادية عماد بالجيزة :
انفصال البيض والبقسماط من على البوفتيك أثناء تحميره نتيجة لبلولة اللحم . فلاحظي دائما أن تجففي قطع اللحم بفوطة نظيفة قبل وضعها في البيض والبقسماط .. ويمكنك لزيادة الاحتراس تغطية قطع اللحم تغطية خفيفة جدا بقليل من الدقيق قبل وضعها في البيض والبقسماط فذلك قد يساعد على نجاح مرحلة التغطية .

فاطمة عبد المنعم بشبرا :
اغسلي فستانك الفاي بالبنزين بالطريقة التى أشرت اليها للآنسة ب.ك بمغاغة : ولكن اذا لاحظت بعد تمام جفافه عدم نظافته اغسليه بالماء الدافىء ومذوب الصابون مع الضغط الخفيف في الغسل والعصر . ثم اشطفيه جيدا في ماء دافىء مرتين لازالة الصابون ثم في ماء بارد . ويعصر بالضغط ثم يعصر ثانيا في بشكير لازالة جميع الماء . ثم انشريه في الهواء الطلق ويكوى قرب جفافه بمكواه متوسطة الحرارة على الظهر .

ن. رجب بالاسكندرية :
سأجيبك الى رغبتك قريبا ان شاء الله وتباعا في أعداد المجلة فترقبي أعداد الصيف . .

عائشة مصطفى . حكيمة بمستشفى صيدناوي :
هذا القماش موجود في محال الاقمشة الكبيرة . أما عدد الأمتار فمتوقف على عرض القماش .

بريد عام

ق.ه
نشكرك على ثقتك بنا وستجدين في هذا العدد والاعداد القادمة التمرينات المطلوبة

لطيفة البهلول بشربين
ان بنت النيل تختار الثياب التى تتفق وأذواق القارئات المختلفة ولابد ان تجدى الثوب الذى يتفق وما تنشدين واننا نشكرك كل الشكر على اهتمامك بالمجلة ونرجو ان تراسلينا باستمرار

مشتركة بالمجلة : شبرا مصر
احضري الى مكتب عمل بنت النيل بالمركز الرئيسي ٤٨ شارع قصر النيل في يوم الجمعة صباحا لاخذ البيانات اللازمة لتوظيفك

بائسة ٤٩٤ بالدقي :
طرحت مشكلتك ولكنك طلبت مني عدم نشر الحل على صفحات المجلة وان يكون الرد في خطاب خاص .. ولم تذكري عنوانك !

م . ص . محرم بك :
قرار مجلس الوزراء الاخير لا ينطبق الا على الموظفين المثبتين على درجة من الدرجة الثالثة فما دونها .. فاذا كنت من المثبتين فارجعي الى ادارة المستخدمين لتتأكدي من حقك أو عدمه في الاستفادة من القرار

الحائرة ب منصور ــ العجوزة :
أعجبتني روحك وتفكيرك في العمل لمعاونة اسرتك واطفالك فارجو ان تحضري بنفسك لمقابلة الدكتورة درية شفيق للتفاهم معها على العمل الذى يناسبك ويتفق مع ظروفك





الشايب

بقلم جلال مكاوى



استمعت الى ابى يحدث امى فى وهدة الليل ، حديثا خافتا ، كأنما يهمس اليها ، وهى تبكى بكاء مكتوما ، وتسرف فى دمعها ، وتتواثب زفراتها من بين شفتيها

لم اكن انصت عن عمد ، بل كان الصوت يأتيني متمهلا من خلال جدار الحجرة الخشبى الرقيق ، الذى يفصل حجرتى عن حجرتهما فى الشاليه الذى تقضى فيه عادة صيفنا بشاطىء المكس ..

كان الارق فى تلك الليلة قد انتابنى والح على ، فرحت اداوى المى وتوتر اعصابى بان استولد السكون بعض الذكريات الحلوة التى شاهدها شاطىء البحر فى ايام الصيف وفى الليالى القمرية .. حتى قطع على حلاوة تلك الذكريات نشيج مكتوم يأتى خلال الجدار الرقيق

وحدثتنى امى ، والدمع يلمع فى عينيها ، فى صباح تلك الليلة ، ونحن جلوس فى الشرفة المطلة على البحر حديثا يفيض لوعة واسى ، وهى تغالب عواطفها وتكبت مشاعرها وتكبح جماح غضبها وثورتها ..

قالت وهى تربت على ظهرى .. من الان انت رجلى . رجل البيت وخنقتها العبرة فمدت يدا مرتجفة ومسحت دمعة طفرت كحبة لؤلؤ على وجنتها .. ثم نظرت الى من خلال طبقة الدموع المرتعشة فى مقلتيها ، فرات الدهشة قد عقدت لواءها فى عينى .. فتطلعت الى صدر الافق واردفت . ان اباك سيتزوج ..

وكأنما قد صنعت من تلك الكلمة جمرة من لظى ، ثم صهرتها وسكبتها فوق رأسى فجأة فاحسست بالنار تسرى فى رعونة وطيش لتضم جسدى كله فى وقدتها المحامية ..

وتنبهت ليد امى ، وهى تربت على احزانى التى نبتت فجأة فى مرقد الالم المر .. القلب والفؤاد

واحسست كأن عواطفى قد شطرت بمبراة ثلمة ، وان انة باكية دامعة ، قد اخذت تطفو من قاع الفؤاد حتى استوت على مقلتى ، فالتمعت العينان بالدمعة الحبيسة التى ابت الانطلاق لانى رجل .. رجل البيت

وكانت تلك الكلمة قد مستنى فى صميم كيانى ، فاذا بى اطفر طفرة واحدة من الشباب الى الرجولة ، احمل نصيبى من المسئولية التى القتها على عاتقى امراة ملتاعة ، اغرقت حزنها الاليم فى عاطفة الامومة التى قويت واشتدت فى قلبها، لحظة رأت رجلها الحبيب يتطلع وهو فى مطلع كهولته الى فجر رائع ، يذيب فى وقدة شمسه بقية من شباب الحس بها تعتمل بين جوانحه المظلمة المدلهمة

ولقد كان ابى يتوقع ان يجد من امى ثورة عاتية مدمرة ، عندما يخبرها بنبأ اعتزامه الزواج .. ولكن راعه ان وجد الصمت قد ران على الليل الذى باح فيه بسره لها

فغاظه ذلك ، فراح يفتل من حديثه عن عروسه الجديدة ، سوطا يلهب به كرامتها كزوجة ، ويشعل انوثتها وغيرتها كامراة

وراها تتلقى ضربات السوط وقد جف ريقها ، واشتد وجيب قلبها ، والتمعت فى عينيها الدموع .. ثم انهمرت . وراحت فى نشيج البكاء وصوتها المخنوق بالعبرات تسأله ان يكف عن الحديث المؤلم الذى اخذ يترنح كجذوة من نار فى كبدها ، فيلهب احساسها ويحتويها فى ضمة عنيفة بين وقدته المحرقة

ولكن ابى وقد استعذب ان يراها تتعذب من اجله ذلك العذاب الذى يعبر عن غيرتها ، ابى ان يستجيب لتوسلاتها ويكف عن الحديث الموجع المؤلم ، فامطرها وابلا منه حتى اغرقها .. فى دمعها

وكان الليل ضمنا .. انا وامى فى رحبة سكونه الهادىء المطمئن ، وقد جلسنا حول مائدة العشاء ، نتناول فى صمت طعامنا ، وأحسست بان المائدة التى جلس كل منا فى طرف منها ، قد بدت طويلة متناهية فى الطول ، وان اطباق الطعام ليست فى متناول يدى ، واننى فى حاجة الى بذل مجهود عنيف ، حتى اصل الى الطبق ، فاغترف منه ملء ملعقة بالطعام ، واحملها وئيدا الى فمى ، حتى اذا بدا لى ان امضغها ، مضغتها فى سكون وبطء ، حتى مللت تلك الحال ، فأزحت المقعد الذى اجلس عليه بعيدا عن المائدة ، وقمت اخطو كالتائه خطوات بطيئة راكدة اطلب حجرتى .

وانتصف الليل او كاد ، وانبثق فى فحمة الليل رنين جرس الباب الخارجى ، فأدركت ان قد آن لابى ان يعود من عند خطيبته ، الى فراشه الدافىء بجوار امرأته المتعبة الحزينة ..

احسست بخطواته وهو يذرع الحجرة ليخلع بذلته ويرتدى جلباب نومه ، وكان لوقع خطواته نغم يعبر فى افصاح عن حيرة مبهمة خفية تكتنف خواطره ، ثم سمعته يسعل سعالا خفيفا مفتعلا ، كأنما يريد أن يبدأ حديثا مع امى ..

ولكن امى كانت صامتة ، وخيل الى انها كعادتها كلما خاصمته ـ تتهرب من عينى ابى النفاذتين العميقتين اللتين تشعان بالحنان والمودة حينا ، وبالسيطرة والقوة احيانا ، ولما لم تجد سعلته الاولى فى فتح باب الحديث سعل مرة اخرى ، فجاوبه الصمت وعيناه معلقتان بسقف الحجرة لا تريمان عنه تحولا .. فاطفأ النور ، واندس فى الفراش ..

كان ابى فى الرابعة والخمسين من عمره .. متوسط القامة متين الاسر ، قد زحف الشيب الى رأسه فاختلط فيه السواد بالبياض ولكن بياض شعره كان غالبا على سواده الباهت

وكانت امى ، جميلة .. ذلك الجمال الرزين الذى ينسرق الى القلب رويدا رويدا ، فيرسخ فيه لذلك احبها ابى حبا عميقا ، ولقد عاش معها لا ينظر الى امراة غيرها ولا يفكر فى ان يرتبط ولو بالفكر فى سواها .. وكنت انا الثمرة الوحيدة لهذا الزواج الموفق ..

ولقد كان مقدرا لزورق حياتنا ان يسير هينا ، تدفعه ريح رخاء من الحب والالفة والمودة التى ربطت بين ثلاثتنا ، لولا أن بدا فى افق ابى ، شبح ضئيل ، دقيق الجسم ، نحيف القوام رائع التكوين لفتاة فى ربيعها الثامن عشر .. بدت فى افق حياته فغيرت من وجهة زورقنا .. فاذا هى فى اعصار تتلقفه الرياح والانواء حتى اصابنا الدوار جميعا ، فتقيأنا عواطفنا فجأة وبلا مقدمات اللهم الا .. الريح والنوى

كانت عفت ـ وهذا هو اسمها ـ ابنة الحاج عبد الفتاح ، باشكاتب المحل التجارى الذى يملكه أبى ، ولقد تعود أبى لسنوات أن يراها تحمل الى ابيها ظهر كل يوم طعام الغداء .. فكان يقربها اليه ويعطف عليها ويشترى لها الحلوى فهو كما عرفت قد حرم البنات .. ثم حجبت فى البيت يوم بلغت الرابعة عشرة .. ومرت الاعوام ، وألمت بالحاج عبد الفتاح وعكة شديدة الزمته الفراش .. فرأى أبى من واجبه ان يذهب لزيارته .. فحمل معه بعض الهدايا .. ولم ينس الطفلة الصغيرة عفت .. فحمل لها هديتها من الحلوى

ولكن راعه ان الطفلة الصغيرة التى حمل اليها هذه الهدية .. قد نضجت ، واستوى عودها وبرزت مفاتنها .. واضفت عليها الانوثة التى بدأت عليها رونقا وجاذبية وسحرا .. واستقبلته خجلة وهى التى تعودت ان تغرق نفسها بين احضانه وتغمر وجهه بقبلاتها ، وانحنت على يده وطبعت عليها قبلة متئدة .. فمسح على شعرها الناعم بيد حانية .. وضمها الى صدره وقبلها فى مفرقها ..

وتلك القبلة كانت كالشرارة .. اندلعت فى شفتيه وتركت اثرا حارقا فى فمه .. فاخذ يلوك الرحيق الذى استنشقه من شعرها فى شفتيه .. عطرا غامضا مبهما .. يجتر سحره على مهل فى لذة وعذوبة ..

ولعل ابى قد انكر فى مبدأ الامر عواطفه ، وسخر منها ، واستنكر مشاعره وهزأ بها ، ولكن سلطان الفتنة تملكه ، فراح يستغفر الضعف الذى طرأ على شيخوخته ، ويذكر شيبه والحلقة السادسة من العمر التى يمر بها ..

وقاوم طويلا سحر الانوثة التى اغرقت جوارحه فى عطرها الغامض ، كلما انحنت الفتاة على يده تقبلها وهى تستقبله على باب بيتهم مساء كل يوم ..

ولقد كان الحياء يمنعه من ان يجهر برغبته فى الفتاة التى تبلورت فى قلبه وروحه حتى برح به الهوى ففاتح والد الفتاة برغبته ..

وقد رأت الفتاة وهى تساق على غير رغبتها الى زوج كهل ، ان تجنب اباها وهو فى سن الكبر ، مشقة الطرد والكفاح المر لو اغضبت ولى نعمته ..

قبلت ان تبيع ربيعها ، الى رجل لن يستطيع ان يروى انوثتها وشبابها المونق الا بكأس المرارة والحرمان ..

وذهبت اليهم بعد اعلان الخطوبة ، لازور الحاج عبد الفتاح ، وكانت المرة الاولى التى اراها فيها منذ كانت طفلة ، رأيتها فى رداء طويل ، وقد لفت حول رأسها خمارا ابيض .. كانت قد فرغت لتوها من صلاة العصر ..

ومددت يدى اليها فمستها مسا خفيفا فى خجل .. اذن ، فهذه هى عروس ابى .. وخالستها النظر فرأيتها جميلة ذلك الجمال الذى يسبى من النظرة الاولى .. ولفتنى منها خال صغير فوق شفتها العليا بقليل ، يزيد من روعة شفتيها الرقيقتين ، فغبطت ابى عليها ..

(البقية على ص ٧٠)

الشايب

(بقية ص ٦٩)

وتصورت موقفي منها ، يوم تدخل بيتنا كزوجة ابى وتحيرت بماذا اناديها ، هل اقول لها طنط ، او ابله ، او تيزه او اناديها باسمها المجرد ؟!.. مشكلة .. بل مهزلة، فتاة تصغرنى بسنوات ، على ان اعاملها كما اعامل امى .. فتركت الامر لظرفه ..

وفى ايام الخطوبة الاولى ، انساها عطف ابى عليها والهدايا التى كان يحملها لها كل مساء ، مبلغ تضحيتها ...

وقد دأب على ان ينفق اغلب لياليه عندهم يسمرون ويلعبون حتى كان ذات مساء ، جلسا سويا وحدهما يلعبان بالورق لعبة البصرة، واراد ان يداعبها فجمع الورق من على الارض بورقة الشايب ... واحست هى بخدعته .. فمدت يدها فى دلال وقالت له :

ـ انت بتجمع الورق بالشايب

ـ وماله .. اهو الشايب زى الولد .. ده راجل وده راجل

ـ لا لا لا .. فيه فرق كبير بين الولد وبين الشايب .. الولد شاب صغير ، قوى ، وهو سيد الاوراق اما الشايب فعجوز لا خير فيه ولا قيمة له ..

كانت تحدثه فى براءة وصفاء وهى تبسم له بعينيها السوداوين بسمة ساذجة ، ولم تدرك انها بقولها هذا قد مست من نفسه ناحية حساسة ، اذ ايقظته على الوهم الذى حاول ان يعيش فيه ، وهم الشباب الذى اخذ يتعلق باسلوبه وهو لا يدرك ان زمانه قد ولى ..

وكأنما الفتاة قد اعتصرت ثمرة الحقيقة المرة فى كأس قدمته له، فشرب الكأس حتى الثمالة من الشفتين النديتين اللتين كان يأمل ان يجنى منهما رحيق القبل .. بما يجدد شبابه .. وعذوبة الشهد الذى كان يأمل ان يكون حصاده فى خريف العمر

فودع الفتاة وداعا مقتضبا وقد تعلقت بوجهها عيناه ، والتمعت فى مقلتيه حبات من الدمع عاصية ، ابت رجولته ان يذرفها امامها ،حتى تلقاه ليل الطريق .. فافرج عنها .. فانسالت على وجنتيه حبات من اللؤلؤ قد انتظمت مع حبات العرق الذى تفصد من جبينه ووجهه فى وقدة الحمى التى احس بها تعتمل بين جوانحه ..

وخففت النسمة الرطبة من حرارة البدن المتقد فوق بركان الافكار التى تمور فى داخله . فاخذ يضرب فى الطريق على غير هدى ، يستجدى النسمة الرطبة ، ويسأل الليل ان يخفى عن العيون المهزلة التى يحاول ان يختم بها حياته ..

وافادته النسمة الرطبة وطول الطريق ..

ورويدا رويدا ، ابتدأت الحمى تنقشع عن بدنه ، وابتدأت الافكار تنتظم فى راسه ، وابتدأت مرارة الكأس التى سقتها له الفتاة تخف حتى انحسرت عن لسانه وفمه ..

واخذ يتأمل موقفه فى تؤدة فوجد ان سحر الفتاة على نفسه اقوى من كل عاطفة نبيلة اخرى .. وان انوثتها العارمة ، وشبابها الريان يضربان بكل القيم الاخرى التى نبتت فى قلبه فى ساعة يأس لحظة قارنت الفتاة فى براءة بين الشباب والشيخوخة .. وصاحبته افكاره حتى فراشه الدافىء بجوار امرأته الحزينة

واحسست فى الليل بابى وهو يتقلب فى فراشه كأنما ينام على شوك ، وتبينت حيرته من الهمهمة التى كان يطلقها من بين شفتيه لليل الساكن الاسود ، ولكن سواد الليل اغرقه فى ظلمات الحيرة دون ان يهديه الى شاطىء الامان ..

وقبيل الفجر ، احسست بيد ابى تهزنى فى مرقدى ، هزا خفيفا شفوقا ، كأنما هو يربت على صدرى فى حنان ، وفتحت عينى فرأيت فى عينيه قصة الليل الطويل الذى قضاه مؤرقا مسهدا ، ومد يده فازاح الغطاء من على جسدى ، فقمت فى فراشى وتواجهنا ..

رأيته يبتلع لعابه فى صعوبة ، بعد ان اعياه النطق ، عن ان يبدا حديثه .. وطالعتنى تباشير الفجر فى خيطه الابيض ، وهو ينسكب من وراء الافق ويأتى خلال زجاج النافذة التى اعطاها ابى وجهه .. فاضفى النور الخافت على ساحة المعركة ـ اعنى وجهه ـ غموضا وجلالا ..

وقام ابى من على حافة السرير ، واخذ يذرع الحجرة الصغيرة جائيا ذاهبا ، ثم وقف قبالتى وقد ثبت ناظريه فى الجدار الخشبى الرقيق .. خلف ظهرى ، فاحسست بنظراته تنسكب على الجدار الرقيق وترتد عنه فتمس ظهرى مسا هينا كمن يربت عليه ، فاصابتني رعشة الم لما يعانيه من صراع مر فى قلبه وكيانه .. ثم سحب نظراته والقاها على محياى . وكانت فى تلك اللحظة تقطر رقة وحنانا .. ثم وضع يده على كتفى ، فاحسست بها تنتفض كما ينتفض الطائر بلله القطر ، حتى وجد صوته اخيرا فقال :

ـ انا .. انا يا وحيد عاوز أجوزك عفت ..

واذهلتنى المفاجأة .. فسكبت نظراتى على وجهه فرأيت كم كلفه هذا القرار من جهد وقوة .. وتمالكت نفسى وقلت له :

ـ ولكنك يا ابى .. ولم يدعنى اتم حديثى بل مسح شعرى بيده الحنون وقال :

ـ ان الربيع يا بنى دائما ينادى الربيع ، والشباب ينادى الشباب، هكذا سنة الحياة والطبيعة ، فلن يغرد الكروان الا على شجر فنن مسه الربيع بسحره .. فهل كان لى ان اطمع فى ان يطربنى الكروان وانا اضمه فى قفص ولو كان من ذهب ..

لا .. لا أريد ان اشترى ربيع عفت بالذهب .. فابخسها حقها الطبيعى فى الحياة وفى الحب ، فى الشباب وفى المتعة .. ثم هز رأسه فى اسف وقال :

ـ لقد كنت انانيا ، فما كان للذهب ان يشترى قلب امرأة ..

وسكت ابى فساد بيننا الصمت لحظة قصيرة قام بعدها ينظر من خلال زجاج النافذة الى موج البحر يتكسر على الشاطىء الصخري فى لين ، ثم ينحسر فى مهل ليعود من جديد يغزو الشاطىء ويتكسر على صخره . فاشار ابى الى الموج وقال :

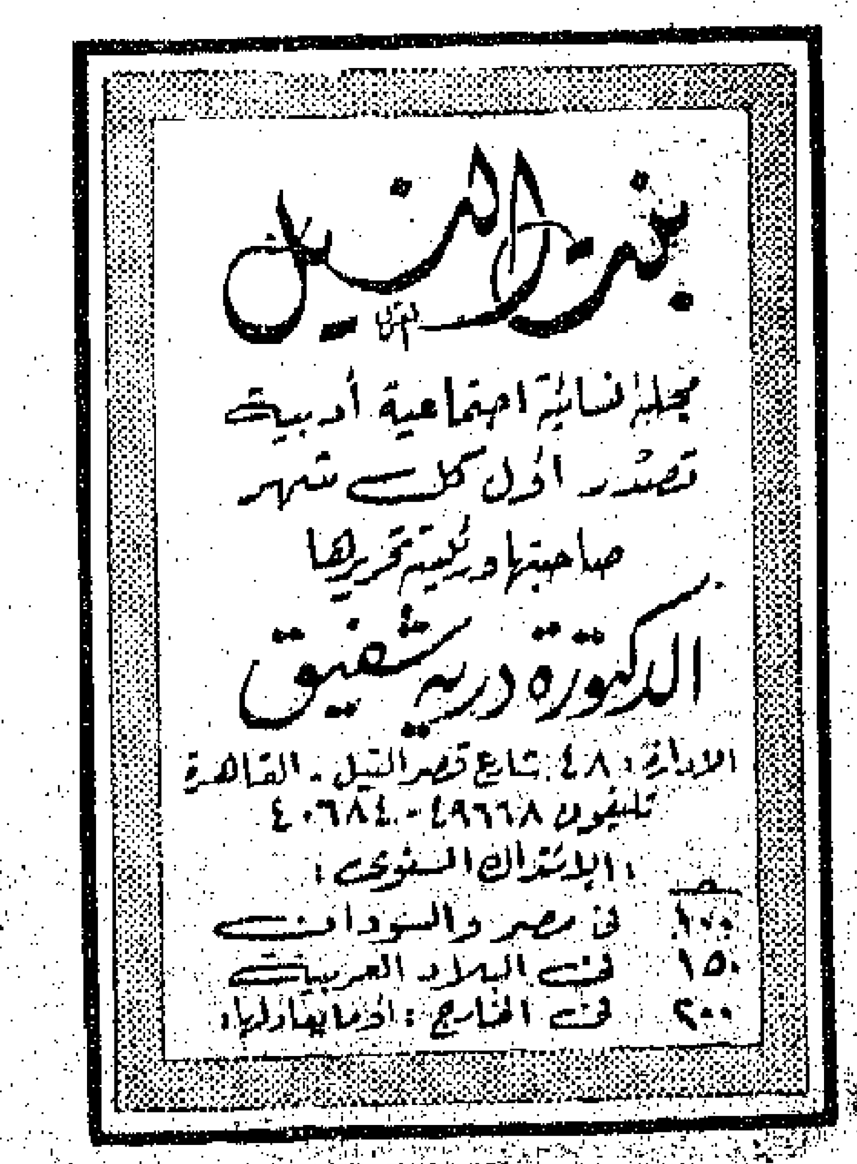
ـ لقد كانت رأسى بالامس مثل هذا ، تتقلب على الانانية فتطغى على كل عواطفى الاخرى ، ثم تنحسر مرة اخرى ، ثم تغزو روحى وقلبى ، حتى ادركت ان صخرة شيخوختى اقوى من ان تدعها تتقلب وتطغى ، فانحسرت وسكن السلام ، رأسى قبيل الفجر ، فهرعت اليك ، اسألك ان تتزوج عفت ، ولكنك لم تقل لى رأيك بعد .. فما رأيك يا وحيد .. فكان جوابى الصمت ...

امتحنى معلوماتك التاريخية

الاجابة الصحيحة

« انظرى ص ١٢ »

١ ـ شكرى القوتلى
٢ ـ نهر بردى
٣ ـ حلب
٤ ـ الاسكندرونة
٥ ـ عرب الرولة



الحصبه

(بقية ص ١٥)

أيام فاذا لم يظهر عليه أى أعراض يذهب الى المدرسة .

ولوقاية طفل ضعيف جدا من المرض نحصنه ببعض من دم أحد والديه أو بالجاما جلوبيولين فى الخمسة أيام الاولى من التعرض للعدوى فيأتى المرض ان أصيب به هينا .

ولعلاج المريض يوضع المريض فى السرير حتى ينقضى يومان أو ثلاثة أيام بعد انخفاض الحرارة ولا يوضع السرير فى مواجهة الضوء لان المريض لا يقدر أن يفتح عينيه فى الضوء . والملابس الحمراء ليس لها فائدة . ويغذى المريض بعصير الفواكه واللبن الذى يمكن تخفيفه باضافة ماء الشعير اليه هذا عندما تكون الحرارة مرتفعة ويمنع الامساك باعطاء الملينات . ويغسل الجلد بأسفنجه لترطيبه مرة أو مرتين فى اليوم لخفض الحرارة . ويوضع محلول البوريك فى العينين مرتين أو ثلاثة يوميا وتدهن الجفون بفازلين وتنقط قطرة سلفا فى العين كل ٤ ساعات . ينظف الفم قبل وبعد الاكل .

ولالتهاب الاذن الوسطى يوضع بنسلين فى الاذن كل أربع ساعات ويحقن بالبنسلين فى الجسم كل ثلاث ساعات وتمنع الاغطية الكثيرة عند النوم وتعطى أقراص سلفا على حسب عمر الطفل لمدة خمسة أيام لتقلل حدوث الالتهاب الرئوى الشعبى والتهاب الاذن الوسطى . ويعالج الالتهاب الرئوى بلا ابطاء عند حدوثه .

ورشة حلر فنديان

مطابع شركة الاعلانات الشرقية